

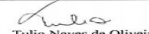
ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (Adolescentes e Adultos)
CARDÁPIO MÊS: JULHO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA				01/07/21	02/07/21	03/07/21	04/07/21
CAFÉ DA MANHÃ				Café/Leite Bolo salgado de abobrinha	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Pão de ló de fubá com banana	Café/Leite Pão DOCE simples com MANTEIGA
COLAÇÃO				Laranja pera	Mamão	Tangerina	Laranja lima
ALMOÇO				Ovos cozidos ao molho de tomate Cenoura e chuchu sauté Arroz simples Tutu de feijão	Carne de panela Berinjela e abobrinha refogadas Farofa de beterraba Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Maionese de legumes (batata, cenoura e vagem) Salada de ALFACE Molho simples Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela Salada de almeirão com tomate Arroz simples Farofa de feijão com ovos
REFEIÇÃO DA TARDE				Café/Leite Sequinhos	Café/Leite Pão de ló de fubá com banana	Salada de frutas (banana e mamão) Biscoito cream cracker integral	Suco de maracujá Torta de legumes com cenoura e vagem
JANTAR				Cubos de filé de frango ensopados Moranga refogada Repolho refogado Arroz simples Feijão Preto	Carne moída com quiabo e tomate Angu Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil com canjiquinha Repolho com cenoura Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com chuchu Salada de beterraba ralada com milho Arroz simples Feijão simples
CEIA				Leite Banana prata	Chá de abacaxi com HORTELÃ Rosquinha de coco	Creme com calda de banana caramelada	Leite com canela Biscoito cream cracker integral

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. A fruta da colação/ceia pode ser usada como sobremesa do almoço/jantar.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.


 Tulio Neves de Oliveira
 Nutricionista CRN9- 7617
 BM 101788-6

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (Adolescentes e Adultos)
CARDÁPIO MÊS: JULHO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	05/07/21	06/07/21	07/07/21	08/07/21	09/07/21	10/07/21	11/07/21
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo de laranja	Café/Leite Bolo fim de tarde	Café/Leite Rosquinha de coco	Café/Leite Bolo de limão	Café/Leite Pão FRANCÊS com MANTEIGA	Café/Leite Biscoito maisena
COLAÇÃO	Melancia	Banana prata	Melão	Laranja pera	Goiaba	Mamão	Tangerina
ALMOÇO	Omelete Jardineira de batata, chuchu e cenoura Almeirão refogado Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe à Vidigal com filé de frango, cenoura e aveia Salada de couve-flor com tomate Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com moranga Berinjela refogada com tomate e cebola Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Inhame ensopado Arroz à grega (vagem e cenoura) Feijão simples	Almôndegas ao molho de tomate Espaguete ao alho e óleo Salada de pepino e de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa ensopada com quiabo Angu Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil a rolê ao molho Purê de batata Salada de repolho roxo, cenoura ralada e COUVE Molho simples Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café/Leite Bolo de laranja	Café/Leite Bolo fim de tarde	Limonada Torta de legumes com abobrinha e batata	Leite Bolo de limão	Café/Leite Biscoito de polvilho	Frapê de maracujá Biscoito maisena	Canjica com amendoim
JANTAR	Linguiça acebolada Moranga refogada Salada Mix de repolhos Molho de limão e alho Arroz simples Feijão simples Maçã	Ovos rancheiros Virado de cenoura Abobrinha refogada Arroz simples Feijão simples	Galinhada com filé de frango e ervilha Chuchu refogado Feijão simples	Carne bovina acebolada Batata doce sauté Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples Mamão	Cubos de filé de frango refogados Chuchu ao molho branco Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Feijoada com pernil (cubos) Farinha dourada Salada de acelga com tomate Arroz simples	Vaca atolada Salada de COUVE com cenoura cozida Arroz simples Feijão simples
CEIA	Leite Rosquinha de chocolate	Vitamina de abacate	Leite caramelado Biscoito cream cracker integral	Mingau de fubá	Chá de laranja com canela Biscoito cream cracker integral	Mingau de amido	Leite Banana nanica

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. A fruta da colação/ceia pode ser usada como sobremesa do almoço/jantar.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (Adolescentes e Adultos)
CARDÁPIO MÊS: JULHO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	12/07/21	13/07/21	14/07/21	15/07/21	16/07/21	17/07/21	18/07/21
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo de milho verde	Café/Leite Biscoito cream cracker integral com patê de ervas	Café/Leite Bolo simples	Café/Leite Bolo de moranga
COLAÇÃO	Banana prata	Laranja lima	Melancia	Abacaxi	Maçã	Mamão	Tangerina
ALMOÇO	Ovos mexidos Moranga refogada Salada de acelga com tomate Arroz simples Feijão simples	Linguíça com pimentão e cebola Batata ensopada Arroz simples Feijão preto	Macarrão parafuso com molho de atum Cenoura e vagem sauté Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango refogadas Polenta ao molho de tomate Salada de almeirão Molho simples Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil refogado Moranga assada Salada de repolho com abacaxi Arroz simples Feijão simples	Escondidinho de mandioca com carne bovina Salada de ALFACE com cenoura ralada Molho simples com orégano Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada com molho barbecue Batata sauté Salada de brócolis com tomate Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Limonada Torta de legumes com repolho e tomate	Salada de frutas (mamão e banana) Biscoito maisena	Café/Leite Bolo de milho verde	Arroz doce	Frapê de maracujá Bolo simples	Leite Bolo de moranga	Café/Leite Bolinho de chuva
JANTAR	Carne bovina acebolada Batata doce cozida Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao molho de tomate Cenoura cozida Arroz simples Tutu de feijão	Isclas de filé de frango refogadas Farofa de lentilha Salada de beterraba cozida com hortelã Arroz simples Feijão Batido	Carne de panela com canjiquinha Chuchu refogado com tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Salada de abobrinha crua com tomate Mandioquinha refogada Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Berinjela ao forno (pimentão, cebola e tomate) Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Carne moída com quiabo e tomate Purê de inhame Arroz simples Feijão simples Laranja lima
CEIA	Leite Biscoito rosquinha de chocolate	Leite com canela Rosquinha de coco	Creme com calda de maçã caramelada	Leite Banana prata	Mingau de fubá com aveia	Chá de limão Biscoito maisena	Frapê de moranga

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. A fruta da colação/ceia pode ser usada como sobremesa do almoço/jantar.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

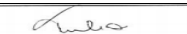
ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (Adolescentes e Adultos)
CARDÁPIO MÊS: JULHO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	19/07/21	20/07/21	21/07/21	22/07/21	23/07/21	24/07/21	25/07/21
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Pão FRANCÊS com ovos mexidos	Café/Leite Bolo de cenoura	Café/Leite Bolo simples	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo de limão	Café/Leite Biscoito rosquinha de chocolate
COLAÇÃO	Banana prata	Mamão	Abacaxi	Melancia	Laranja pera	Banana nanica	Tangerina
ALMOÇO	Ovos cozidos ao molho de tomate Espaguete com cenoura e abobrinha Salada de acelga Molho simples Arroz simples Feijão simples	Bife de frango refogado Couve flor ao molho branco Cenoura e Vagem sauté Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de carne Chips de inhame assado Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Filé de frango oriental (pimentão, cenoura, repolho) Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Feijoada com pernil (cubos) Farofa de COUVE Vinagrete Arroz simples	Bolo de carne assada Purê de batata doce Salada de repolho roxo com tomate Molho de vinagre com azeite Arroz simples	Galinhada com ervilha (coxa e sobrecoxa) Jardineira de batata, chuchu e cenoura Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café/Leite Pão de polvilho com inhame	Café/Leite Bolo de cenoura	Leite Bolo simples	Vitamina de banana nanica Rosquinha de coco	Café/Leite Bolo de limão	Canjica com amendoim	Limonada suíça Torta de legumes com abobrinha e batata
JANTAR	Cubos de filé de frango ensopados Farofa de cenoura Almeirão refogado Arroz simples Feijão simples batido	Linguiça acebolada Jiló refogado Salada mix de repolhos Arroz simples Feijão preto	Atum gratinado com batata Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Omelete Moranga refogada Acelga ao alho e óleo Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Abobrinha à italiana (pimentão, cebola e tomate) Salada de Cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Vaca atolada Salada de COUVE com cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil refogadas Purê de mandioquinha Salada de repolho com tomate Arroz simples Feijão simples
CEIA	Leite Rosquinha de chocolate	Creme com calda de banana caramelada	Vitamina de abacate	Leite caramelado Biscoito cream cracker integral	Chá de maçã com canela Biscoito maisena	Leite Mamão	Mingau de amido

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. A fruta da colação/ceia pode ser usada como sobremesa do almoço/jantar.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.


 Tulio Neves de Oliveira
 Nutricionista CRN9- 7617
 BM 101788-6

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (Adolescentes e Adultos)
CARDÁPIO MÊS: JULHO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	26/07/21	27/07/21	28/07/21	29/07/21	30/07/21	31/07/21	

CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo de maracujá	Café/Leite Rosquinha de chocolate	Café/Leite Bolo salgado de abobrinha	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Pão de ló de fubá com banana	
COLAÇÃO	Melancia	Banana prata	Maçã	Laranja pera	Mamão	Tangerina	
ALMOÇO	Isclas de filé de frango refogadas Inhame ensopado Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Linguiça assada com batata doce Salada de tomate Molho de limão e alho Arroz simples Feijão simples	Bobó de frango Salada de acelga com cenoura Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao molho de tomate Cenoura e chuchu <i>sauté</i> Arroz simples Tutu de feijão	Carne de panela Berinjela e abobrinha refogadas Farofa de beterraba Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Maionese de legumes (batata, cenoura e vagem) Salada de ALFACE Molho simples Arroz simples Feijão simples	
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Bolo de maracujá	Suco de laranja Torta de legumes com cenoura e vagem	Suco de abacaxi Bolo salgado sabor pizza	Café/Leite Sequinhos	Café/Leite Pão de ló de fubá com banana	Salada de frutas (banana e mamão) Biscoito cream cracker integral	
JANTAR	Ovos mexidos Macarrão cremoso de forno Salada de brócolis com cenoura cozidos Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango aceboladas Guisado de chuchu com moranga Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil refogadas Batata <i>sauté</i> Salada de tomate com pepino Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Moranga refogada Repolho refogado Arroz simples Feijão Preto	Carne moída com quiabo e tomate Angu Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil com canjiquinha Repolho com cenoura Arroz simples Feijão simples	
CEIA	Vitamina de banana com mamão	Leite Rosquinha de chocolate	Mingau de aveia	Leite Banana prata	Chá de abacaxi com HORTELÃ Rosquinha de coco	Creme com calda de banana caramelada	

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. A fruta da colação/ceia pode ser usada como sobremesa do almoço/jantar.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.