

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI) 1

CARDÁPIO MÊS: MARÇO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	01/03/21	02/03/21	03/03/21	04/03/21	05/03/21	06/03/21	07/03/21
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Pão FRANCÊS com ovos mexidos	Café/Leite Bolo de fubá	Café/Leite Biscoito cream cracker integral com patê de ervas	Café/Leite Bolo de cenoura mesclado	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo de limão
COLAÇÃO	Banana prata	Melancia	Pêra	Melão	Laranja pera	Mamão	Banana nanica
ALMOÇO	Cubos de filé de frango ensopados Chuchu refogado Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Carne bovina acebolada Moranga refogada Repolho roxo (molho de limão) Arroz simples Feijão simples	Almôndegas ao molho de tomate Quiabo refogado Angu Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Ovos rancheiros Batata <i>sauté</i> COUVE e tomate (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango refogadas Berinjela ao forno Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada com batata Acelga com manga Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil de panela Espaguete ao alho e óleo Tomate com vagem cozida Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café/Leite Bolo de fubá	Frappuccino Biscoito maisena	Suco de maracujá Bolo de cenoura mesclado	Café/Leite Cookies de aveia com banana	Suco de manga Torta de legumes com ervilha (cenoura e vagem)	Café/Leite Bolo de limão	Arroz doce
JANTAR	Arroz temperado com filé de frango (cenoura e vagem) Feijão simples Laranja pera	Macarronada (parafuso) com ovos cozidos e azeitona (tomate e cenoura)	Feijão preto enriquecido com carne bovina (inhame e chuchu) Arroz simples	Carne de panela com moranga e batata doce Arroz simples	Baião de três com linguiça (repolho e tomate)	Escondidinho de mandioca com frango (abobrinha e tomate) Arroz simples Laranja pera	Canjiquinha com pernil (chuchu e cenoura)
CEIA	Leite com farinha de milho	Creme com calda de banana caramelada	Leite Biscoito maisena	Chá de maçã com canela Biscoito cream cracker integral	Mingau de amido	Leite	Vitamina de mamão

Observações:

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

** Gêneros em negrito são adquiridos pela unidade.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOPLIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI) 2
CARDÁPIO MÊS: MARÇO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	08/03/21	09/03/21	10/03/21	11/03/21	12/03/21	13/03/21	14/03/21
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo simples	Café/Leite Bolo de laranja	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo de chocolate	Café/Leite Pão DOCE simples com MANTEIGA
COLAÇÃO	Laranja pera	Banana prata	Melancia	Manga palmer	Goiaba	Banana prata	Mamão
ALMOÇO	Linguíça ao molho de tomate Mandioca ensopada Almeirão (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Batata chips frita Vagem cozida Arroz simples Feijão simples	Molho de sardinha Purê de inhame Tomate com pepino (molho de limão) Arroz simples Feijão simples	Salpicão de frango com repolho e milho verde (cenoura) ALFACE Arroz simples Feijão simples	Omelete Abobrinha refogada Tomate Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil acebolado Acelga ao alho e óleo Vinagrete Arroz simples Farofa de feijão com ovos	Coxa e sobrecoxa ensopada Legumes gratinados ao molho branco (batata, chuchu e cenoura) Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café/Leite Batata doce assada	Frapê de chocolate Bolo simples	Café com leite Bolo de laranja	Vitamina de banana Biscoito de polvilho	Café/Leite Bolo de chocolate	Suco melancia com limão Torta de legumes (repolho e tomate)	Salada de frutas (laranja e banana) Biscoito maisena
JANTAR	Farofão de arroz com ovos (cenoura, tomate e COUVE) Feijão batido	Polenta com molho de carne moída (quiabo e chuchu) Feijão simples	Purê de batata com molho de frango (vagem e tomate) Arroz simples	Arroz temperado com carne bovina (abobrinha e cenoura)	Sopa de macarrão (pai nosso) com filé de frango (repolho e cenoura) Melancia	Feijão (carioca) enriquecido com pernil (batata doce e beterraba) Arroz simples	Estrogonofe de carne bovina (cenoura e tomate) Arroz simples
CEIA	Mingau de amido Banana prata	Leite Mamão	Vitamina rosê	Leite Biscoito maisena	Leite	Leite com chocolate Biscoito cream cracker integral	Mingau de fubá

Observações:

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

** Gêneros em negrito são adquiridos pela unidade.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI) 3

CARDÁPIO MÊS: MARÇO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	15/03/21	16/03/21	17/03/21	18/03/21	19/03/21	20/03/21	21/03/21
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo de banana	Café/Leite Pão FRANCÊS com MANTEIGA	Café/Leite Bolo simples	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo de cenoura	Café/Leite Biscoito cream cracker integral
COLAÇÃO	Abacaxi	Laranja pera	Mamão	Banana prata	Melancia	Pêra	Banana nanica
ALMOÇO	Ovos mexidos Macarrão parafuso ao molho de tomate Acelga e beterraba ralada (molho de limão) Arroz simples Feijão simples	Isclas de carne bovina com cenoura e pimentão Repolho refogado Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de frango Batata assada Acelga (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Quiabo assado crocante Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Polenta Chuchu refogado com tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Farofa de vagem Tomate Arroz simples Feijão batido	Bife de pernil à rolê Batata doce <i>sauté</i> ALFACE Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite com chocolate Bolo de banana	Café/Leite Pão de polvilho com batata	Café/Leite Bolo simples	Suco de laranja com mamão Biscoito cream cracker integral com patê de ervas	Café/Leite Bolo de cenoura	Café com Leite Mandioca cozida	Suco de abacaxi Torta de legumes (batata e abobrinha)
JANTAR	Escondidinho de inhame com carne bovina (tomate e abobrinha) Arroz simples	Risoto de moranga com filé de frango (tomate)	Arroz chinês com ovos (acelga, pimentão e tomate) Feijão simples Manga palmer	Tutu de feijão com molho de linguiça COUVE refogada Arroz simples	Sardinha gratinada com batata (tomate) Arroz simples	Fricassê de frango (milho verde, cenoura e tomate) Arroz simples Laranja pera	Sopa de macarrão pai nosso com pernil e legumes (abobrinha e inhame)
CEIA	Chá de limão Biscoito maisena	Creme com calda de maçã caramelada	Leite	Creme de chocolate	Frapê de maracujá	Leite	Leite com canela Biscoito maisena

Observações:

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

** Gêneros em negrito são adquiridos pela unidade.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI) 4
CARDÁPIO MÊS: MARÇO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	22/03/21	23/03/21	24/03/21	25/03/21	26/03/21	27/03/21	28/03/21
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo salgado de abobrinha	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo de maçã com aveia	Café/Leite Bolo fim de tarde
COLAÇÃO	Melancia	Banana prata	Mamão	Manga palmer	Laranja pera	Banana nanica	Goiaba
ALMOÇO	Cubos de filé de frango refogados Mandioca ensopada Cenoura cozida (molho de limão) Arroz simples Feijão simples	Linguiça com pimentão e cebola Moranga refogada Tabule Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos Jardineira de legumes com azeitona (batata, vagem e cenoura) Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Chips de inhame assado Tomate com pepino (molho simples) Arroz simples Feijão preto	Bife de filé de frango acebolado Batata com molho branco ALFACE e beterraba ralada (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada com laranja Macarrão parafuso integral com molho de abobrinha Acelga Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela Farofa de repolho Tomate Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Salada de frutas (mamão e banana) Biscoito maisena	Frapê de maracujá Bolo salgado de abobrinha	Café/Leite Biscoito maisena	Arroz doce	Café/Leite Bolo de maçã com aveia	Leite Bolo fim de tarde com cobertura de limão	Limonada Sequinhos
JANTAR	Tortilla de batata com ovos e bacon Arroz à grega com ervilha (cenoura e vagem)	Carne de panela com inhame e chuchu Arroz simples	Espaguete à bolonhesa (repolho e tomate) Laranja pera	Polenta com molho de frango (chuchu e cenoura)	Baião de três com pernil (repolho roxo e cenoura)	Pirão de frango (abobrinha e tomate) Arroz simples	Tutu de feijão com ragu de pernil Beterraba cozida Arroz simples
CEIA	Mingau de fubá	Leite	Leite com farinha de milho	Leite Mamão	Vitamina de abacate	Leite Biscoito cream cracker integral	Frapê de chocolate Biscoito maisena

Observações:

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

** Gêneros em negrito são adquiridos pela unidade.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI) 1
CARDÁPIO MÊS: MARÇO / 2021

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	29/03/21	30/03/21	31/03/21				
CAFÉ DA MANHÃ	Café/Leite Pão FRANCÊS com ovos mexidos	Café/Leite Bolo de fubá	Café/Leite Biscoito cream cracker integral com patê de ervas				
COLAÇÃO	Banana prata	Melancia	Pêra				
ALMOÇO	Almôndegas ao molho de tomate Quiabo refogado Angu Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Carne bovina acebolada Moranga refogada Repolho roxo (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Chuchu refogado Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples				
REFEIÇÃO DA TARDE	Café/Leite Bolo de fubá	Frappuccino Biscoito maisena	Suco de maracujá Bolo de cenoura mesclado				
JANTAR	Arroz temperado com filé de frango (cenoura e vagem) Feijão simples Laranja pera	Macarronada (parafuso) com ovos cozidos e azeitona (tomate e cenoura)	Feijão preto enriquecido com carne bovina (inhame e chuchu) Arroz simples				
CEIA	Leite Biscoito maisena	Creme com calda de banana caramelada	Leite com farinha de milho				

Observações:

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

** Gêneros em negrito são adquiridos pela unidade.