



**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (7 - 11 ANOS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2021**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA					<b>01/10/21</b>	<b>02/10/21</b>	<b>03/10/21</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>					Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Pão de ervas	Café/Leite Bolo simples
<b>COLAÇÃO</b>					Abacaxi	Laranja pêra	Banana nanica
<b>ALMOÇO</b>					Carne de panela com chuchu Angu Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Lombo recheado com cenoura ao molho ferrugem Purê de batata Acelga Arroz Simples Feijão Simples	Coxa e sobrecoxa assada Maionese de legumes (batata, chuchu e cenoura) Farofa dourada Arroz Simples Feijão Simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>					Café/Leite Pão de ervas	Frapê de manga Bolo simples	Arroz doce
<b>JANTAR</b>					Almôndegas assadas Salada de macarrão parafuso com cenoura e vagem Almeirão Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de filé de frango refogadas Moranga refogada Pepino Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil refogados Couve flor sauté ALFACE Arroz Simples Feijão Simples Melancia
<b>CEIA</b>					Leite Banana prata	Vitamina de mamão	Leite Rosquinha de côco

**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.

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



**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (7 - 11 ANOS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2021**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	04/10/21	05/10/21	06/10/21	07/10/21	08/10/21	09/10/21	10/10/21
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo de laranja	Café/Leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café/Leite Bolo mesclado	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo fim de tarde	Café/Leite Biscoito cream cracker integral com patê de ervas
<b>COLAÇÃO</b>	Melão	Manga	Melancia	Banana nanica	Mamão	Banana prata	Laranja pêra
<b>ALMOÇO</b>	Bife de filé de frango acebolado Moranga refogada Tomate Arroz Simples Feijão Preto	Ovos cozidos ao molho Purê de batata Almeirão Arroz Simples Feijão Simples	Quibe assado Abobrinha refogada Pepino Arroz Simples Feijão Simples	Carne de panela Berinjela refogada com tomate e cebola Acelga Arroz Simples Feijão Simples	Fricassê de Frango (milho verde) Cenoura e vagem <i>sauté</i> Arroz Simples Feijão Simples	Coxa e sobrecoxa ensopada com batata e cenoura ALFACE Arroz Simples Feijão Simples	Bife de Pernil acebolado Almeirão ao alho e óleo Tomate Arroz Simples Tutu à mineira com ovos cozidos e bacon
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Café/Leite Bolo de laranja	Vitamina de banana Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo mesclado	Café/Leite Biscoito de polvilho	Frappuccino Bolo fim de tarde	Suco de abacaxi com HORTELÃ Torta de legumes (repolho e tomate)	Salada de frutas (banana e mamão) Rosquinha de côco
<b>JANTAR</b>	Sardinha Gratinada com batata ALFACE Arroz com brócolis Feijão Simples	Cubos de filé de frango acebolados Inhame ensopado Tomate com cenoura Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de filé de frango refogadas Mandioquinha refogada Beterraba ralada Arroz Simples Feijão Simples	Omelete Jardineira de legumes (batata, cenoura e vagem) Arroz Simples Feijão Simples	Linguiça refogada Moranga assada COUVE com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil assados com abacaxi Farofa de beterraba Vinagrete de chuchu Arroz Simples Feijão Simples	Carne louca Espaguete ao alho e óleo Repolho Simples com cenoura Arroz Simples Feijão Simples
<b>CEIA</b>	Leite Banana nanica	Mingau de amido	Leite Mamão	Leite Laranja pêra	Vitamina de abacate	Chá de maçã Rosquinha de côco	Leite com chocolate Biscoito cream cracker integral

**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.

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



**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (7 - 11 ANOS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2021**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	11/10/21	12/10/21	13/10/21	14/10/21	15/10/21	16/10/21	17/10/21
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Broa de farinha de milho	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo de moranga	Café/Leite Bolo de banana	Café/Leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café/Leite Pão de cenoura
<b>COLAÇÃO</b>	Banana prata	Melancia	Mamão	Laranja pêra	Abacaxi	Banana nanica	Manga
<b>ALMOÇO</b>	Ovos cozidos Batata assada ao molho de tomate Cenoura ralada Arroz com lentilha Feijão Simples	Delícia de moranga com carne bovina Pepino com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de filé de frango refogadas Chuchu refogado Cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de filé de frango com inhame Beterraba cozida Arroz Simples Feijão Simples	Linguíça acebolada Repolho refogado Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Feijoada com pernil (Bife de pernil) Farofa dourada COUVE com laranja/ Cenoura cozida Arroz Simples	Coxa e sobrecoxa ensopada Batata assada Acelga Arroz Simples Feijão Simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Café/Leite Broa de farinha de milho	Café/Leite Pão de polvilho com batata	Leite com chocolate Bolo de moranga	Café/Leite Bolo de banana	Suco de maracujá Biscoito cream cracker com patê de azeitona	Café com leite Pão de cenoura	Suco laranja Torta de legumes (cenoura e vagem) com ervilha
<b>JANTAR</b>	Estrogonofe de carne bovina Batata <i>sauté</i> Almeirão e cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples	Ovos mexidos com vagem Acelga com cenoura cozida Arroz Simples Feijão Simples Laranja pêra	Carne moída com batata Mix de repolhos com milho verde Arroz Simples Feijão Simples	Omelete Farofa de abobrinha COUVE com vinagrete Arroz Simples Feijão Simples	Carne de panela Polenta ALFACE com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil assados com molho barbecue Batata doce frita Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Bife de filé de frango acebolado Mandioca ensopada Almeirão Arroz Simples Feijão Simples
<b>CEIA</b>	Frapê de manga	Leite Biscoito cream cracker integral	Leite Melancia	Chá de limão Rosquinha de côco	Leite caramelado Biscoito cream cracker integral	Leite Mamão	Creme de chocolate

**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.

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



**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (7 - 11 ANOS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2021**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	18/10/21	19/10/21	20/10/21	21/10/21	22/10/21	23/10/21	24/10/21
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café/Leite Rosquinha de côco	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Bolo salgado de polvilho	Café/Leite Pão FRANCÊS com ovos mexidos	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo de chocolate	Café/Leite Bolo de cenoura
<b>COLAÇÃO</b>	Mamão	Banana prata	Melancia	Manga	Melão	Banana nanica	Laranja pêra
<b>ALMOÇO</b>	Iscas de carne com cebola e pimentão Chips de inhame assado Repolho Simples Arroz Simples Feijão Simples	Sardinha à mexicana Espaguete com abobrinha e cenoura <b>ALFACE</b> Arroz Simples Feijão Simples	Bife de filé frango refogado Moranga refogada Acelga Arroz Simples Feijão Simples	Bife de pernil acebolado Almeirão refogado Beterraba ralada Arroz Simples Feijão Simples	Almôndegas ao molho de tomate Purê de batata doce Pepino Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de frango ao molho branco Jardineira de legumes com ervilha (batata, cenoura e chuchu) <b>ALFACE</b> Arroz Simples Feijão Simples	Coxa e sobrecoxa assada com laranja Farofa de vagem <b>COUVE</b> com tomate Arroz Simples Feijão Simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Salada de frutas (banana e laranja) Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo salgado de polvilho	Arroz doce	Suco de laranja com cenoura Torta de sardinha	Café/Leite Bolo de chocolate	Leite Bolo de cenoura	Café com leite Sequinhos
<b>JANTAR</b>	Ovos cozidos ao molho de tomate Almeirão refogado Beterraba cozida Arroz Simples Tutu de feijão preto	Iscas de filé de frango aceboladas Berinjela ao forno Cenoura cozida Arroz Simples Feijão Simples	Linguiça refogada Quiabo refogado Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Carne de panela com moranga Chuchu cozido Arroz Simples Feijão Simples Laranja pêra	Carne bovina acebolada Macarronete (integral) com cenoura e azeitona Abobrinha refogada Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil ensopados Angu Repolho com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Bife de filé de frango refogado Mandioquinha refogada Acelga Arroz Simples Feijão Simples
<b>CEIA</b>	Mingau de fubá	Vitamina de banana	Frapê de chocolate Rosquinha de côco	Leite Biscoito maisena	Leite Mamão	Chá de laranja Biscoito maisena	Leite Banana prata

**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.

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



**ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (7 - 11 ANOS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2021**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	25/10/21	26/10/21	27/10/21	28/10/21	29/10/21	30/10/21	31/10/21
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Café/Leite Biscoito cream cracker integral	Café/Leite Bolo de laranja	Café/Leite Pão FRANCÊS com MANTEIGA	Café/Leite Bolo de fubá	Café/Leite Biscoito maisena	Café/Leite Pão de ervas	Café/Leite Bolo simples
<b>COLAÇÃO</b>	Banana prata	Melancia	Manga	Mamão	Laranja pêra	Abacaxi	Banana nanica
<b>ALMOÇO</b>	Feijão Tropeiro com linguiça (ovo, farinha de mandioca) COUVE refogada Vinagrete Arroz Simples	Estrogonofe de Filé de frango Batata <i>sauté</i> ALFACE Arroz Simples Feijão Simples	Ovos mexidos Espaguete ao molho de tomate Beterraba cozida Arroz Simples Feijão Simples	Bife de filé de frango refogado Farofa de repolho Cenoura ralada Arroz Simples Feijão Batido	Carne de panela com chuchu Angu Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Lombo recheado com cenoura ao molho ferrugem Purê de batata Acelga Arroz Simples Feijão Simples	Coxa e sobrecoxa assada Maionese de legumes (batata, chuchu e cenoura) ALFACE Arroz Simples Feijão Simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Café/Leite Bolo de laranja	Leite com chocolate Cookies de banana	Café/Leite Bolo de fubá	Suco de melancia com limão Torta de legumes (batata e abobrinha)	Café/Leite Pão de ervas	Frapê de manga Bolo simples	Arroz doce
<b>JANTAR</b>	Cubos de pernil acebolados Chuchu refogado Beterraba ralada Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de filé de frango refogados Repolho Simples refogado Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de carne com cebola e pimentão Batata doce assada Acelga Arroz Simples Feijão Simples Melancia	Ovos cozidos Abobrinha refogada com tomate COUVE Arroz Simples Feijão Preto	Almôndegas assadas Salada de macarrão parafuso com cenoura e vagem Almeirão Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de filé de frango refogadas Moranga refogada Pepino Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil refogados Couve flor com cenoura <i>sauté</i> Arroz Simples Feijão Simples Laranja pêra
<b>CEIA</b>	Chá de abacaxi Biscoito maisena	Mingau de fubá	Leite Biscoito maisena	Frapê de chocolate Biscoito cream cracker integral	Leite Banana prata	Vitamina de mamão	Leite Rosquinha de côco

**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.

Tullio Neves de Oliveira  
Nutricionista CRN9- 7617

BM 101788-6