



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

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA						01/10/22	02/10/22
CAFÉ DA MANHÃ						Café com leite Pão de ervas	Café com leite Bolo simples
COLAÇÃO						Laranja pera	Banana nanica
ALMOÇO						Cubos de pernil ensopados Angu Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Roxo	Coxa e sobrecoxa assada Maionese de legumes (batata, vagem e cenoura) Farinha dourada Arroz Simples Feijão Batido
REFEIÇÃO DA TARDE						Frapê de manga Bolo simples	Arroz doce
JANTAR						Creme de moranga com pernil (almeirão)	Cubos de pernil refogado Couve-flor <i>Sauté</i> Salada de tomate Arroz simples Feijão simples
CEIA						Vitamina de mamão	Suco de laranja 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.

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

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI) 2

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	03/10/22	04/10/22	05/10/22	06/10/22	07/10/22	08/10/22	09/10/22
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café com leite Bolo de laranja	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo mesclado	Café com leite Biscoito maisena	Café com leite Bolo fim de tarde	Café com leite Biscoito cream cracker integral com patê de ervas
COLAÇÃO	Melancia	Melão	Laranja pera	Manga	Melancia	Mamão	Laranja pera
ALMOÇO	Filé de frango assado empanado com aveia Moranga refogada Salada de tomate Arroz Simples Feijão Preto	Ovos cozidos ao molho Purê de batata Salada de Almeirão Arroz Simples Feijão Simples	Carne moída refogada Abobrinha refogada Salada de Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Carne bovina acebolada Berinjela refogada com tomate e cebola Salada de 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 Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Roxo	Cubos de Pernil acebolado Almeirão refogado Salada de Tomate Arroz Simples Tutu à mineira com ovos cozidos e bacon
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Bolo de laranja	Vitamina de banana Biscoito de polvilho	Café com leite Bolo mesclado	Café com leite Batata doce assada	Suco de laranja Bolo fim de tarde	Suco de abacaxi com HORTELÃ Torta de legumes (repolho e tomate)	Salada de frutas (banana e mamão) Biscoito maisena
JANTAR	Arroz temperado com frango (tomate e vagem) Feijão simples	Estrogonofe de Frango (cenoura e tomate) Arroz simples	Arroz temperado com carne bovina (cenoura e vagem)	Farofão de arroz com Ovos (cenoura, tomate e COUVE) Feijão batido	Feijão (carioca) enriquecido com pernil (inhame, chuchu)	Sopa de macarrão pai nosso com carne bovina e legumes (moranga e chuchu)	Baião de três com pernil (repolho roxo e cenoura)
CEIA	Leite com chocolate Banana prata	Mingau de amido	Creme com calda de banana caramelada	Vitamina de abacate	Leite caramelado Biscoito cream cracker integral	Chá de maçã com canela Biscoito maisena	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.



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

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	10/10/22	11/10/22	12/10/22	13/10/22	14/10/22	15/10/22	16/10/22
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito maisena	Café com leite Broa de farinha de milho	Café com leite Biscoito cream cracker integral	Café com leite Bolo de moranga	Café com leite Bolo de banana	Café com leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café com leite Pão de cenoura
COLAÇÃO	Banana prata	Melancia	Mamão	Laranja pera	Abacaxi	Banana nanica	Manga
ALMOÇO	Sardinha à mexicana Espaguete com abobrinha e cenoura Arroz Simples Feijão Roxo	Delícia de moranga com carne bovina Salada de pepino com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de filé de frango refogadas Chuchu refogado Salada de cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples	Omelete Virado de abobrinha Vagem <i>sauté</i> Arroz Simples Feijão Simples	Pernil acebolado Jiló refogado Salada de Tomate Arroz Simples Feijão Roxo	Feijoada com pernil Farinha dourada Salada de COUVE com laranja Vinagrete Arroz Simples	Coxa e sobrecoxa ensopada Batata doce frita Salada de Acelga Arroz Simples Feijão Simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Broa de farinha de milho	Leite com chocolate Pão de polvilho com batata	Suco de melancia Bolo de moranga	Café com leite Bolo de banana	Suco de maracujá Biscoito cream cracker com patê de ervas	Suco de laranja Pão de cenoura	Suco de abacaxi Torta de legumes (cenoura e vagem) com ervilha
JANTAR	Estrogonofe à Vidigal de carne bovina (cenoura e tomate) Arroz simples Laranja pera	Arroz chinês com Frango (acelga, tomate e pimentão)	Sopa de feijão preto com carne moída (macarrão pai nosso, chuchu e beterraba)	Sopa de fubá com carne bovina (cenoura, batata e COUVE)	Purê de batata com molho de pernil (tomate e vagem)	Arroz temperado com filé de frango, cenoura e repolho	Escondidinho de mandioca com Frango (abobrinha e tomate)
CEIA	Leite om canela Biscoito cream cracker	Frapê de manga	Mingau de fubá	Chá de limão Biscoito maisena	Leite caramelado Biscoito cream cracker integral	Chá de HORTELÃ Biscoito maisena	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.



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI) 4

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	17/10/22	18/10/22	19/10/22	20/10/22	21/10/22	22/10/22	23/10/22
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito cream cracker integral	Café com leite Biscoito maisena	Café com leite Bolo simples	Café com leite Pão FRANCÊS com ovos mexidos	Café com leite Biscoito cream cracker integral	Café com leite Bolo de chocolate com aveia	Café com leite Bolo de cenoura
COLAÇÃO	Mamão	Banana prata	Melancia	Manga	Melão	Banana nanica	Melancia
ALMOÇO	Iscas de carne com cebola e pimentão Chips de inhame assado Salada de Repolho roxo Arroz Simples Feijão Simples	Bife de filé frango refogado Moranga refogada Salada de Acelga Arroz Simples Feijão Simples	Ovos cozidos Batata assada ao molho de tomate Cenoura ralada Arroz simples Feijão Simples	Bife de pernil acebolado Abobrinha refogada Beterraba cozida Arroz Simples Feijão Simples	Almôndegas ao molho de tomate Purê de batata doce Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Roxo	Coxa e sobrecoxa assada com laranja Farofa de vagem Salada de COUVE com tomate Arroz Simples Feijão Batido	Iscas de frango ao molho branco Jardineira de legumes com ervilha (batata, cenoura e chuchu) Arroz Simples Feijão Simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Salada de frutas (banana e laranja) Biscoito cream cracker integral	Leite com chocolate Bolo simples	Suco de laranja com cenoura Torta de legumes (batata e abobrinha)	Arroz doce	Café com leite Bolo de chocolate com aveia	Limonada suíça Bolo de cenoura com cobertura de chocolate	Café com leite Mandioca cozida
JANTAR	Tutu de feijão preto com Ovos cozidos ao molho (cenoura e tomate) Arroz simples	Pirão de Frango (chuchu e cenoura)	Canjiquinha com pernil (chuchu e tomate) Feijão Simples	Sardinha gratinada com batata Arroz com brócolis	Macarronada (parafuso integral) com carne bovina (tomate e abobrinha)	Pernil Oriental (repolho roxo e cenoura) Arroz simples	Risoto de moranga com Frango (tomate)
CEIA	Mingau de fubá	Vitaminade banana com aveia	Frapê de chocolate Biscoito cream cracker integral	Leite com farinha de milho	Leite Mamão	Chá de laranja com canela Biscoito maisena	Creme com calda de maçã caramelada

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: OUTUBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	24/10/22	25/10/22	26/10/22	27/10/22	28/10/22	29/10/22	30/10/22
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito cream cracker integral	Café com leite Bolo de maçã com aveia	Café com leite Pão FRANCÊS com MANTEIGA	Café com leite Bolo de fubá	Café com leite Biscoito maisena	Café com leite Pão de ervas	Café com leite Bolo simples
COLAÇÃO	Laranja pera	Melancia	Banana prata	Mamão	Abacaxi	Laranja pera	Banana nanica
ALMOÇO	Feijão Tropeiro com pernil (ovo, farinha de mandioca) COUVE refogada Salada de Tomate Arroz Simples	Estrogonofe à Vidigal de Filé de frango Vagem <i>sauté</i> Arroz Simples Feijão Simples	Ovos mexidos Espaguete ao molho de tomate Abobrinha refogada Arroz Simples Feijão Roxo	Bife de filé de frango refogado Virado de repolho Beterraba cozida Arroz Simples Feijão Batido	Filé de peixe ensopado com batata Cenoura sauté Salada de Tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Angu Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Roxo	Coxa e sobrecoxa assada Maionese de legumes (batata, vagem e cenoura) Farinha dourada Arroz Simples Feijão Batido
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Bolo de maçã com aveia	Leite com chocolate Biscoito papa ovo	Suco de melancia Bolo de fubá	Limonada suíça Torta de legumes (batata e abobrinha)	Café com leite Pão de ervas	Frapê de manga Bolo simples	Arroz doce
JANTAR	Feijão (carioca) enriquecido com pernil (batata doce e beterraba) Arroz simples	Escondidinho de batata com carne bovina (abobrinha e cenoura)	Arroz temperado com carne moída (cenoura e vagem)	Baião de três com Ovos (tomate, chuchu e COUVE)	Macarrão (espaguete) na chapa com Frango (cenoura, pimentão e repolho roxo)	Creme de moranga com pernil (almeirão)	Cubos de pernil refogado Couve-flor Sauté Salada de tomate Arroz simples Feijão simples
CEIA	Chá de abacaxi com HORTELÃ Biscoito maisena	Mingau de fubá com aveia	Creme de chocolate	Mingau de amido	Leite Banana prata	Vitamina de mamão	Suco de laranja 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) 2

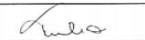
CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	31/10/22						
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Pão DOCE simples com MANTEIGA						
COLAÇÃO	Melancia						
ALMOÇO	Filé de frango assado empanado com aveia Moranga refogada Salada de tomate Arroz Simples Feijão Preto						
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Bolo de laranja						
JANTAR	Arroz temperado com frango (tomate e vagem) Feijão simples						
CEIA	Leite com chocolate 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.


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