

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - Adolescentes e Adultos

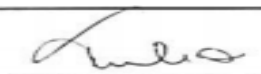
CARDÁPIO MÊS: DEZEMBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA				01/12/22	02/12/22	03/12/22	04/12/22
CAFÉ DA MANHÃ				Café com leite Bolo mesclado	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Bolo fim de tarde	Café com leite Biscoito cream cracker com patê de ervas
COLAÇÃO				Banana prata	Melão	Banana nanica	Laranja pêra
ALMOÇO				Linguiça acebolada Almeirão refogado Salada de Tomate Arroz Simples Tutu à mineira com ovos cozidos e bacon	Cubos de filé de frango ensopado Berinjela refogada com tomate e cebola Arroz Simples Feijão roxo	Coxa e sobrecoxa ensopada com quiabo Angu Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Simples	Filé de peixe ensopado com batata Cenoura sauté Salada de Tomate Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE				Suco de abacaxi com HORTELÃ Torta de legumes (repolho e tomate)	Frappuccino Bolo fim de tarde	Café com leite Biscoito de polvilho assado	Salada de frutas com banana e mamão Rosquinha de coco
JANTAR				Sardinha gratinada com batata Salada de acelga Arroz Simples Feijão Simples	Carne de panela Farofa de beterraba Salada de COUVE com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil assados com abacaxi Moranga refogada Vinagrete de chuchu Arroz Simples Feijão Simples	Carne louca Espaguete ao alho e óleo Salada de repolho roxo com cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples
CEIA				Leite Biscoito de maisena	Vitamina de banana com mamão	Chá de limão Rosquinha de coco	Leite com chocolate Biscoito cream cracker

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 - Adolescentes e Adultos

CARDÁPIO MÊS: DEZEMBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	05/12/22	06/12/22	07/12/22	08/12/22	09/12/22	10/12/22	11/12/22
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Broa de farinha de milho	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo de limão	Café com leite Bolo de banana	Café com leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café com leite Pão de cenoura
COLAÇÃO	Melancia	Mamão	Banana prata	Laranja pêra	Abacaxi	Banana nanica	Manga tommy
ALMOÇO	Ovos mexidos Almeirão refogado Salada de pepino Arroz Simples Feijão Simples	Carne de panela Polenta Guisado de chuchu com moranga Arroz Simples Feijão preto	Estrogonofe de carne bovina Batata assada Salada de tomate Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil acebolada Jiló refogado Salada de cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples	Delícia de moranga com carne bovina Chuchu refogado com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Feijoada com linguiça Farofa dourada Salada de COUVE com laranja Vinagrete Arroz Simples	Coxa e sobrecoxa assada com batatas Arroz a grega (cenoura e vagem) Salada de ALFACE Feijão Simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Broa de farinha de milho	Suco de melancia Pão de polvilho com batata	Suco de laranja Bolo de limão	Café com leite Bolo de banana	Suco de manga Biscoito cream cracker com patê de ervas	Café com leite Pão de cenoura	Suco laranja Torta de legumes (cenoura e vagem) com ervilha
JANTAR	Cubos de filé de frango refogado Moranga refogada Salada de cenoura cozida Arroz Simples Feijão Simples	Carne moída com batata Mix de repolhos refogados Arroz Simples Feijão Simples	Ovos cozidos ao molho de tomate Salada de beterraba cozida com milho Arroz Simples Feijão Simples	Galinhada com filé de frango Beringela refogada Salada de cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples	Omelete Espaguete com cenoura e abobrinha Arroz Simples Feijão Roxo	Cubos de pernil assados com molho barbecue Batata sauté Salada de Almeirão Arroz Simples Feijão Simples	Bife de filé de frango acebolado Mandioca ensopada Salada de Tomate Arroz Simples Feijão Simples
CEIA	Frapê de manga	Creme de banana caramelada	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Chá de maçã com canela Rosquinha de chocolate	Leite caramelado Biscoito de maisena	Vitamina de 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.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - Adolescentes e Adultos

CARDÁPIO MÊS: DEZEMBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	12/12/22	13/12/22	14/12/22	15/12/22	16/12/22	17/12/22	18/12/22
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Rosquinha de chocolate	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Bolo de moranga	Café com leite Pão FRANCÊS com ovos mexidos	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo de chocolate com aveia	Café com leite Bolo de cenoura
COLAÇÃO	Mamão	Manga palmer	Melancia	Banana prata	Laranja pêra	Melão	Banana nanica
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 Salada de cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil acebolado Abobrinha refogada Salada de beterraba ralada Arroz Simples Feijão preto	Carne moída ao molho de tomate Purê de batata doce Salada de Pepino Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de frango ao molho branco Jardineira com batata,vagem, cenoura e milho Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Simples	Coxa e sobrecoxa assada com laranja Farofa de vagem Salada de COUVE com tomate Arroz Simples Feijão Simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Arroz doce	Café com leite Bolo de moranga	Suco de laranja com cenoura Torta de legumes com repolho e tomate	Frapê de manga Biscoito cream cracker com patê de cenoura	Café com leite Bolo de chocolate com aveia	Limonada suíça Bolo de cenoura com cobertura de chocolate	Salada de frutas com banana e laranja Biscoito cream cracker
JANTAR	Sardinha à mexicana Espaguete com abobrinha e cenoura Chuchu refogado Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de filé de frango ensopdo Quiabo refogado Salada de Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Carne de panela com moranga Inhame ensopado Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de filé de frango refogadas Berinjela ao forno Salada de tomate Arroz Simples Feijão Simples	Linguiça acebolada Macarronese com cenoura Salada de Almeirão Arroz Simples Feijão Roxo	Cubos de pernil ensopados Angu Salada de Repolho com tomate Arroz Simples Tutu de feijão	Bife de filé de frango acebolado Mandioquinha refogada Salada de Acelga Arroz Simples Feijão Simples
CEIA	Vitaminade banana com aveia	Chá de laranja com canela Biscoito de maisena	Frapê de chocolate Rosquinha de coco	Leite caramelado Rosquinha de chocolate	Leite Mamão	Banana prata	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 - Adolescentes e Adultos
CARDÁPIO MÊS: DEZEMBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	19/12/22	20/12/22	21/12/22	22/12/22	23/12/22	24/12/22	25/12/22
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito cream cracker	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 de maisena	Café com leite Pão de ervas	Café com leite Bolo simples
COLAÇÃO	Melancia	Laranja pêra	Banana prata	Mamão	Abacaxi	Manga tommy	Banana nanica
ALMOÇO	Carne de panela com chuchu Mandioquinha refogada Arroz Simples Feijão Simples	Estrogonofe de frango Batata <i>sauté</i> Salada de Repolho roxo Arroz Simples Feijão Simples	Ovos mexidos com vagem Virado de chuchu Arroz Simples Feijão preto	Feijão Tropeiro com pernil COUVE refogada Vinagrete Arroz Simples	Isclas de filé de frango ensopado Moranga refogada Salada de Pepino Arroz Simples Feijão Roxo	Bife de filé de frango acebolado Maionese de legumes (batata, chuchu e cenoura) Salada de tomate Arroz Simples Feijão Simples	Coxa e sobrecoxa assada Couve flor ao molho branco Cenoura cozida Arroz Simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Bolo de maçã com aveia	Leite com chocolate Cookies de banana	Limonada suíça Bolo de fubá	Suco de melancia Torta de legumes (batata e abobrinha)	Café com leite Pão de ervas	Café com leite Bolo simples	Arroz doce
JANTAR	Ovos cozidos Abobrinha refogada Salada de Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Isclas de carne com cebola e pimentão Batata doce assada Salada de Acelga Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de filé de frango refogados Repolho roxo refogado Salada de cenoura ralada Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de pernil refogados Beterraba cozida Salada de Almeirão Arroz Simples Feijão Simples	Carne moída refogada Cenoura e vagem <i>sauté</i> Arroz Simples Feijão Simples	Lombo assado Lasanha de abobrinha Batata frita Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Simples	Linguiça assada Mandioca ensopada Acelga refogada Arroz Simples Feijão Simples
CEIA	Leite com canela Rosquinha de chocolate	Mingau de fubá com aveia	Chá de abacaxi com HORTELÃ Biscoito de maisena	Frapê de chocolate Biscoito cream cracker	Leite Banana prata	Pavê de biscoito maisena	Frapê de manga Rosquinha de coco

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 - Adolescentes e Adultos

CARDÁPIO MÊS: DEZEMBRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	26/12/22	27/12/22	28/12/22	29/12/22	30/12/22	31/12/22	
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Pão DOCE simples com MANTEIGA	Café com leite Bolo de laranja	Café com leite Rosquinha de chocolate	Café com leite Bolo mesclado	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Bolo fim de tarde	
COLAÇÃO	Mamão	Manga palmer	Melancia	Banana prata	Melão	Banana nanica	
ALMOÇO	Bife de filé de frango acebolado Moranga refogada Mix de repolhos refogados Arroz Simples Feijão Preto	Carbe moída refogada Abobrinha refogada Salada de Tomate Arroz Simples Feijão Simples	Iscas de filé de frango refogadas Mandioquinha refogada Salada de beterraba ralada Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de Pernil acebolado Almeirão refogado Salada de Tomate Arroz Simples Tutu à mineira com ovos cozidos e bacon	Cubos de filé de frango ensopados Berinjela refogada com tomate e cebola Arroz Simples Feijão roxo	Coxa e sobrecoxa ensopada com quiabo Angu Salada de ALFACE Arroz Simples Feijão Simples	
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Bolo de laranja	Vitamina de banana Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo mesclado	Suco de abacaxi com HORTELÃ Torta de legumes com repolho e tomate	Frappuccino Bolo fim de tarde	Café com leite Biscoito de polvilho	
JANTAR	Ovos mexidos com cenoura e vagem Almeirão refogado Arroz Simples Feijão Simples	Cubos de filé de frango acebolados Inhame ensopado Salada de Pepino Arroz Simples Feijão Simples	Omelete Jardineira de batata, vagem e cenoura Arroz Simples Feijão Simples	Sardinha gratinada com batata Salada de acelga Arroz Simples Feijão Simples	Cane de panela Guisado de chuchu com moranga Salada de COUVE com tomate Arroz Simples Feijão Simples	Lombo assado com abacaxi Espaguete ao molho de tomate Vinagrete Arroz Simples Feijão Simples	
CEIA	Mingau de amido	Chá de limão Rosquinha de chocolate	Leite caramelado Banana prata	Leite Biscoito de maisena	Vitamina de banana com mamão	Palha italiana	

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.