

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOlhIMENTO INSTITUCIONAL (2 - 6 ANOS)

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO / 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA						01/01/22	02/01/22
CAFÉ DA MANHÃ						Leite com chocolate Panqueca de banana	Leite Bolo de limão
COLAÇÃO						Pêra	Melancia
ALMOÇO						Coxa e sobrecoxa assada Maionese caseira de batata, cenoura e chuchu Salada de almeirão Arroz simples Tutu de feijão Delícia de abacaxi	Bife de pernil de panela Espaguete ao alho e óleo Salada de tomate com vagem cozida (molho simples) Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE						Leite Bolo de limão	Smoothie de banana com chocolate Pão de polvilho com inhame
JANTAR						Arroz temperado com filé de frango (abobrinha e tomate) Feijão simples	Bife de pernil refogado Quiabo refogado Salada de cenoura cozida (molho de limão) Arroz simples Feijão simples
CEIA						Leite	Leite

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (2 - 6 ANOS)

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO / 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	03/01/22	04/01/22	05/01/22	06/01/22	07/01/22	08/01/22	09/01/22
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de manga com limão Ovos mexidos Biscoito Cream Cracker	Leite com chocolate Bolo de fubá	Leite Crepioça	Leite PÃO DOCE simples com MANTEIGA	Leite saborizado com maracujá Bolo salgado de beterraba	Leite Bolo de chocolate integral	Leite com chocolate PÃO FRANCÊS com MANTEIGA
COLAÇÃO	Laranja pera	Banana prata	Mamão	Melancia	Goiaba	Manga Palmer	Banana nanica
ALMOÇO	Cubos de filé de frango acebolados Mandioca ensopada Salada de almeirão (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Carne moída com batata Salada de chuchu cozido Arroz simples Feijão simples	Filé de frango assado empanado com farinha de milho Purê de inhame Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Omelete Mandioquinha refogada Salada de abobrinha crua (molho simples com ORÉGANO) Arroz simples Feijão simples	Salpicão de frango com repolho, cenoura e maionese caseira Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Feijão tropeiro com pernil Acelga ao alho e óleo Salada de tomate Arroz simples	Coxa e sobrecoxa ensopada Jardineira de batata, chuchu e cenoura Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Bolo de fubá	Salada de frutas (laranja e maçã) Biscoito maisena	Suco de abacaxi com HORTELÃ Bolinho de mandioca assado	Leite com chocolate Bolo salgado de beterraba	Leite Bolo de chocolate integral	Arroz doce Maçã	Suco de laranja Torta de legumes (repolho e tomate)
JANTAR	Tutu de feijão com ovos cozidos ao molho de tomate e cenoura Salada de beterraba cozida Arroz simples	Espaguete à bolonhesa Salada de repolho roxo com tomate (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango ensopadas Virado de cenoura Acelga refogada Arroz simples Feijão preto	Estrogonofe de carne bovina Batata <i>sauté</i> Salada de almeirão Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Moranga refogada Salada de beterraba ralada (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil acebolado Purê de mandioca Salada de COUVE e cenoura ralada (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango aceboladas Batata doce ensopada Salada de vagem cozida Arroz simples Feijão simples
CEIA	Leite	Leite	Leite	Leite Mamão	Leite Banana prata	Leite	Leite

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (2 - 6 ANOS)

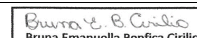
CARDÁPIO MÊS: JANEIRO / 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	10/01/22	11/01/22	12/01/22	13/01/22	14/01/22	15/01/22	16/01/22
CAFÉ DA MANHÃ	Vitamina de banana com aveia Biscoito Cream Cracker	Leite Pão de ervas	Leite com chocolate Bolo Fim de Tarde com coco	Leite PÃO DOCE simples com MANTEIGA	Leite com chocolate Rosquinha de coco	Leite Bolo salgado de moranga	Leite Cookies de aveia com banana
COLAÇÃO	Abacaxi	Melão	Laranja pera	Mamão	Melancia	Banana nanica	Pêra
ALMOÇO	Ovos mexidos Macarrão parafuso com molho de tomate Salada de acelga e beterraba ralada (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Isclas de carne bovina com cenoura e pimentão Repolho refogado Arroz simples Feijão simples	Fricassê de frango Batata <i>sauté</i> com AÇAFRÃO Salada de acelga (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Quiabo assado crocante Salada de 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 com molho barbecue Farofa de cenoura Salada de beterraba cozida e ALFACE Arroz simples Feijão batido	Bife de pernil de panela Batata doce assada Arroz à grega com ervilha (vagem e cenoura) Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite com chocolate Pão de ervas	Leite Bolo fim de tarde com coco e cobertura de limão	Salada de frutas (banana e mamão) com farinha de aveia com leite em pó	Leite Pão de polvilho com batata	Frapê de manga Bolo salgado de moranga	Suco de melancia Torta de legumes (abobrinha e batata)	Creme de chocolate
JANTAR	Bolo de carne assada Inhame ensopado Salada de tomate com pepino Arroz simples Feijão simples	Escondidinho de sardinha (batata doce, moranga e berinjela) Arroz simples	Bife de frango acebolado Abobrinha refogada Salada de lentilha com tomate (molho de limão) Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao molho de tomate Virado de vagem Salada de COUVE (molho simples) Arroz simples Feijão preto	Carne de panela ao molho ferrugem Batata assada Salada de repolho com abacaxi Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango refogadas Salada de almeirão e tomate (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Macarrão espaguete na chapa com pernil (cenoura, repolho roxo e pimentão) Laranja pera
CEIA	Leite	Leite Banana prata	Leite	Leite Banana prata	Leite	Leite	Leite

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.


 Bruna Emanuella Benfica Cirillo
Nutricionista CRN 12057
BM 102.634-6

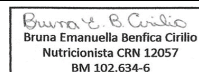
CARDÁPIO MÊS: JANEIRO / 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	17/01/22	18/01/22	19/01/22	20/01/22	21/01/22	22/01/22	23/01/22
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite Bolo salgado sabor pizza	Leite PÃO DOCE simples com MANTEIGA	Leite com chocolate Bolo de maçã com aveia	Leite Panqueca de fubá doce	Suco de abacaxi PÃO FRANCÊS com ovos mexidos	Leite Pão de batata
COLAÇÃO	Melancia	Banana nanica	Laranja pera	Mamão	Banana prata	Laranja pera	Goiaba
ALMOÇO	Cubos de filé de frango acebolados Moranga refogada Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão preto	Carne moída com tomate e pimentão Mandioca assada Salada de beterraba ralada (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos Jardineira de batata, vagem e cenoura Salada de ALFACE (molho de limão) Arroz simples Feijão batido	Carne de panela Chips de inhame assado Tabule Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil à rolê com molho de tomate Batata <i>sauté</i> Salada de acelga (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango ensopadas Farofa de repolho Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada com laranja Macarrão parafuso integral com molho de abobrinha Salada de pepino Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Suco de laranja com mamão Bolo salgado sabor pizza	Cremsinho de manga e inhame	Leite Bolo de maçã com aveia	Frapê de maracujá Torta de legumes (repolho e tomate)	Leite Biscoito de polvilho	Leite com chocolate Pão de batata	Salada de frutas (laranja e maçã) Rosquinha de chocolate
JANTAR	Tortilha de batata com ovos Salada de COUVE com tomate Arroz simples	Carne de panela com batata doce Salada de acelga (molho de limão) Arroz simples Feijão simples	Minestrone com filé de frango (macarrão pai nosso, cenoura e chuchu)	Bife de carne moída Purê de mandioquinha Almeirão refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Salada de cenoura e abobrinha cozidas (molho limão e alho) Arroz simples Feijão simples Melancia	Bife de frango acebolado Guisado de quiabo com moranga Arroz simples Feijão simples	Ragu de pernil Cenoura <i>sauté</i> Salada de beterraba cozida Arroz simples Tutu de feijão
CEIA	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.


 Bruna Emanuella Benfca Cirilio
 Nutricionista CRN 12057
 BM 102.634-6

Secretaria Municipal de Assistência Social, Segurança Alimentar e Cidadania - SMASAC

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional - SUSAN

Diretoria de Assistência Alimentar - DASA



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (2 - 6 ANOS)

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO / 2022

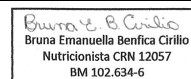
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	24/01/22	25/01/22	26/01/22	27/01/22	28/01/22	29/01/22	30/01/22

CAFÉ DA MANHÃ	Leite PÃO DOCE simples com MANTEIGA	Leite Bolo salgado de cenoura	Vitamina de abacate Biscoito maisena	Leite com chocolate Pão de moranga	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite com chocolate Panqueca de banana	Leite Bolo de limão
COLAÇÃO	Banana prata	Melancia	Mamão	Melão	Laranja pera	Pêra	Melancia
ALMOÇO	Almôndegas ao molho de tomate Quiabo refogado Angu Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Isclas de carne bovina com cebola e pimentão Moranga refogada Salada de repolho roxo (molho de limão) Arroz simples Feijão preto	Cubos de filé de frango acebolados Chuchu ao molho branco Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Ovos rancheiros Purê de batata Salada de acelga com tomate (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango refogadas Berinjela ao forno Salada de almeirão Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil de panela Espaguete ao alho e óleo Salada de tomate com vagem cozida (molho simples com ORÉGANO) Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada com batata doce Salada de acelga com manga Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Limonada Bolo salgado de cenoura	Creminosinho de banana, beterraba e inhame	Leite Pão de moranga	Frapê de manga com maracujá Torta de legumes (cenoura e vagem)	Salada de frutas (banana e mamão) com farinha de aveia com leite em pó	Leite Bolo de limão	Smoothie de banana com chocolate Pão de polvilho com inhame
JANTAR	Canjiquinha com carne moída (chuchu e tomate) Feijão simples	Omelete Salada de macarrão parafuso com azeitona, vagem e cenoura Arroz simples Feijão simples	Bife de frango refogado Inhame ensopado Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com mandioquinha Salada de pepino Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango acebolados Salada de repolho com tomate (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil refogado Quiabo refogado Salada de COUVE com cenoura cozida (molho de limão) Arroz simples Feijão simples	Arroz temperado com filé de frango (abobrinha e tomate) Feijão simples
CEIA	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.



Secretaria Municipal de Assistência Social, Segurança Alimentar e Cidadania - SMASAC

Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional - SUSAN

Diretoria de Assistência Alimentar - DASA

ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL (2 - 6 ANOS)

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO / 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	31/01/22						
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de manga com limão Ovos mexidos Biscoito cream cracker						

COLAÇÃO	Laranja pera						
ALMOÇO	Cubos de filé de frango acebolados Mandioca ensopada Salada de almeirão (molho simples) Arroz simples Feijão simples						
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Bolo de fubá						
JANTAR	Tutu de feijão com ovos cozidos ao molho de tomate e cenoura Salada de beterraba cozida Arroz simples						
CEIA	Leite						

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

Bruna E. Cirillo
Bruna Emanuela Benfica Cirillo
Nutricionista CRN 12057
BM 102.634-6