



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - (1 ANO - 1 ANO E 11 MESES)

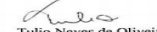
CARDÁPIO MÊS: JANEIRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA							01/01/23
CAFÉ DA MANHÃ							Leite Pão de leite salgado
COLAÇÃO							Maçã
ALMOÇO							Cubos de pernil assados com abacaxi Almeirão refogado Salada de tomate Arroz simples Tutu à mineira com ovos cozidos
REFEIÇÃO DA TARDE							Suco de maracujá com laranja sem açúcar Torta de legumes (repolho e tomate)
JANTAR							Cubos de pernil acebolado Salada de couve flor com cenoura cozidas (molho de vinagre e azeite) Arroz simples Feijão simples
CEIA							Leite

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. ** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

• Não oferecer alimentos ultraprocessados, açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 2 anos de idade.


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



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - (1 ANO - 1 ANO E 11 MESES) 1

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	02/01/23	03/01/23	04/01/23	05/01/23	06/01/23	07/01/23	08/01/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite Bolo salgado de cenoura	Vitamina de banana com abacate sem açúcar	Leite Pão de moranga	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite Panqueca de banana	Leite Bolo de maçã com aveia sem açúcar
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	Iscas de carne bovina com cebola e pimentão Moranga refogada Salada de repolho roxo (molho de limão e azeite) 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 de vinagre e azeite) Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango 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) Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada com batata Salada de acelga com RÚCULA e manga Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Suco de laranja sem açúcar Bolo salgado de cenoura	Cremosinho de banana, beterraba e inhame	Leite Pão de moranga	Frapê de manga com maracujá sem açúcar Torta de legumes (cenoura e vagem)	Salada de frutas (banana e mamão) com farinha de aveia com leite em pó	Leite Bolo de maçã com aveia sem açúcar	Vitamina de banana sem açúcar Pão de polvilho com inhame
JANTAR	Canjiquinha com carne moída (chuchu e tomate) Feijão simples	Omelete Salada de macarrão parafuso com 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	Cubos de pernil refogados Purê de mandioca Salada de COUVE com cenoura cozida (molho de limão e azeite) 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.

• Não oferecer alimentos ultraprocessados, açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 2 anos de idade.



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - (1 ANO - 1 ANO E 11 MESES) 2

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	09/01/23	10/01/23	11/01/23	12/01/23	13/01/23	14/01/23	15/01/23
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de manga com limão sem açúcar Ovos mexidos com farinha de mandioca	Mingau de fubá com maçã sem açúcar	Leite Crepioça	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite saborizado com maracujá Bolo salgado de beterraba	Leite Bolo de banana sem açúcar	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA
COLAÇÃO	Laranja pera	Banana prata	Mamão	Melancia	Goiaba	Manga palmer	Mamão
ALMOÇO	Cubos de filé de frango acebolados Mandioca ensopada Salada de almeirão (molho de vinagre e azeite) Arroz simples Feijão simples	Carne moída com batata Salada de pepino Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Purê de inhame Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Omelete Mandioquinha refogada Salada de abobrinha crua (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Cubos de frango ensopaados Repolho e cenoura refogados Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Acelga ao alho e óleo Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa ensopada Jardineira de batata, chuchu e cenoura Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Cookies de aveia com banana sem açúcar	Salada de frutas (laranja e maçã) com farinha de aveia com leite em pó	Suco de abacaxi com HORTELÃ sem açúcar Bolinho de mandioca assado	Leite Bolo salgado de beterraba	Leite Bolo de banana sem açúcar	Arroz doce com maçã sem açúcar	Suco de laranja sem açúcar Torta de legumes (repolho e tomate)
JANTAR	Tutu de feijão com ovos cozidos ao molho de tomate e cenoura Arroz simples	Espaguete à bolonhesa Salada de repolho roxo com tomate (molho de vinagre e azeite) Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Virado de cenoura Acelga refogada Arroz simples Feijão preto	Estrogonofe de carne bovina Batata <i>sauté</i> Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Moranga refogada Salada de almeirão (molho de vinagre e azeite) Arroz simples Feijão simples	Bife de pernil acebolado Quiabo refogado Salada de COUVE e cenoura ralada (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Isclas 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.

• Não oferecer alimentos ultraprocessados, açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 2 anos de idade.





ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - (1 ANO - 1 ANO E 11 MESES) 3

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	16/01/23	17/01/23	18/01/23	19/01/23	20/01/23	21/01/23	22/01/23
CAFÉ DA MANHÃ	Vitamina de banana com aveia sem açúcar	Leite Pão de ervas	Leite Bolo de cenoura com passas	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite Maçã	Leite Bolo salgado de moranga	Leite Cookies de aveia com banana sem açúcar
COLAÇÃO	Abacaxi	Banana prata	Laranja pera	Mamão	Melancia	Banana nanica	Pêra
ALMOÇO	Ovos mexidos Macarrão parafuso com molho de tomate Salada de acelga e beterraba ralada (molho de limão e azeite) Arroz simples Feijão simples	Iscas de carne bovina com cenoura e pimentão Repolho refogado Arroz simples Feijão simples	Frango em cubos ensopados Batata <i>sauté</i> com AÇAFRÃO Salada de acelga (molho simples) Arroz simples Feijão simples	Quibe assado 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 Farofa de cenoura Salada de beterraba cozida e ALFACE Arroz simples Feijão batido	Bife de pernil de panela Batata doce assada Arroz à grega (vagem e cenoura) Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Pão de ervas	Leite Bolo de cenoura com passas e sorvete de mamão	Salada de frutas (banana e mamão) com farinha de aveia com leite em pó	Leite Pão de polvilho com batata	Frapê de manga sem açúcar Bolo salgado de moranga	Suco de melancia sem açúcar Torta de legumes (abobrinha e batata)	Mingau de amido com abacaxi sem açúcar
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 Melão	Bife de frango acebolado Abobrinha refogada Salada de lentilha com tomate (molho de limão e azeite) 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	Iscas de filé de frango refogadas Salada de almeirão e tomate (molho de vinagre e azeite) Arroz simples Feijão simples	Macarrão espaguete na chapa com pernil (cenoura, repolho roxo e pimentão) Laranja pera
CEIA	Leite	Leite	Leite	Leite Banana prata	Leite	Leite	Leite

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. ** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

• Não oferecer alimentos ultraprocessados, açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 2 anos de idade.



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - (1 ANO - 1 ANO E 11 MESES) 4

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	23/01/23	24/01/23	25/01/23	26/01/23	27/01/23	28/01/23	29/01/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite Banana com farinha de aveia com leite em pó	Leite Bolo salgado sabor pizza	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite Bolo de maçã com aveia sem açúcar	Leite Panqueca de fubá salgada	Suco de abacaxi sem açúcar 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 e azeite) Arroz simples Feijão batido	Carne de panela Chips de inhame assado Tabule Arroz simples Feijão simples	Filé de peixe com molho rosé Batata <i>sauté</i> Salada de acelga (molho de vinagre e azeite) 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 sem açúcar Bolo salgado sabor pizza	Cremosinho de manga e inhame	Leite Bolo de maçã com aveia sem açúcar	Frapê de maracujá sem açúcar Torta de legumes (cenoura e vagem)	Leite Biscoito de polvilho	Leite Pão de batata	Salada de frutas (laranja e maçã) com farinha de aveia com leite em pó
JANTAR	Tortilla de batata com ovos ESPINAFRE refogado Salada de tomate Arroz simples	Carne de panela com batata doce Salada de acelga (molho de limão e azeite) 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 com vagem cozidas (molho de 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.

• Não oferecer alimentos ultraprocessados, açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 2 anos de idade.

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



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL - (1 ANO - 1 ANO E 11 MESES) 1

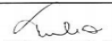
CARDÁPIO MÊS: JANEIRO/ 2022

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	30/01/23	31/01/23					
CAFÉ DA MANHÃ	Leite PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite Bolo salgado de cenoura					
COLAÇÃO	Banana prata	Melancia					
ALMOÇO	Almôndegas ao molho de tomate Quiabo refogado Angu Acelga refogada Arroz simples Feijão simples	Iscas de carne bovina com cebola e pimentão Moranga refogada Salada de repolho roxo (molho de limão e azeite) Arroz simples Feijão preto					
REFEIÇÃO DA TARDE	Suco de laranja sem açúcar Bolo salgado de cenoura	Cremosinho de banana, beterraba e inhame					
JANTAR	Canjiquinha com carne moída (chuchu e tomate) Feijão simples	Omelete Salada de macarrão parafuso com vagem e cenoura Arroz simples Feijão simples					
CEIA	Leite	Leite					

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações. ** Gêneros em letra maiúscula são adquiridos pela unidade.

• Não oferecer alimentos ultraprocessados, açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 2 anos de idade.


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