



ASSISTÊNCIA ALIMENTAR – UNIDADES DE ACOLOHIMENTO INSTITUCIONAL (IDOSOS - ILPI)

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA							01/01/23
CAFÉ DA MANHÃ							Café com leite Biscoito cream cracker com patê de ervas
COLAÇÃO							Laranja pera
ALMOÇO							Cubos de Pernil acebolado Almeirão refogado Salada de Tomate Arroz Simples Tutu à mineira com ovos cozidos
REFEIÇÃO DA TARDE							Salada de frutas (banana e mamão) Biscoito de maisena
JANTAR							Baião com pernil, repolho roxo e cenoura
CEIA							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.


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



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

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO 2023

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	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo de fubá	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Bolo de cenoura integral	PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Café com leite Bolo de limão
COLAÇÃO	Banana prata	Melancia	Pêra	Melão	Laranja pera	Mamão	Banana nanica
ALMOÇO	Carne moída com tomate e pimentão Quiabo refogado Angu Arroz simples Feijão simples	Carne bovina acebolada Moranga refogada Salada de Repolho roxo Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Chuchu refogado Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Ovos rancheiros Batata <i>sauté</i> Salada de COUVE com laranja Arroz simples Feijão preto	Iscas de filé de frango refogado Berinjela ao forno (pimentão, cebola e tomate) Salada de almeirão Arroz simples Feijão roxo	Coxa e sobrecoxa ensopada com cenoura e batata Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Feijão tropeiro com pernil COUVE refogada Vinagrete Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Suco de laranja Bolo de fubá	Frappuccino Biscoito de polvilho assado	Café com leite Mandioca assada	Suco de maracujá Bolo de cenoura integral	Suco de manga Torta de legumes com cenoura e vagem	Café com leite Bolo de limão	Arroz doce
JANTAR	Arroz temperado com filé de frango, cenoura e vagem Feijão simples	Macarrão parafuso ao molho de sardinha, tomate e cenoura	Feijão enriquecido com carne bovina chuchu e inhame Arroz simples	Carne de panela com batata doce e moranga Arroz simples	Baião com linguiça repolho e tomate	Escondidinho de mandioca com filé de frango abobrinha e tomate Arroz simples	Canjiquinha com pernil chuchu e cenoura
CEIA	Leite Biscoito de maisena	Vitamina de abacate	Chá de maçã Biscoito cream cracker	Leite com farinha de milho	Mingau de amido	Creme com calda de banana caramelada	Leite Mamão

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: JANEIRO 2023

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	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Pão de cebola	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Bolo de laranja	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo de chocolate	Café com leite PÃO DOCE simples com MANTEIGA
COLAÇÃO	Laranja pera	Banana prata	Melancia	Manga tommy	Goiaba	Banana nanica	Mamão
ALMOÇO	Linguiça acebolada Mandioca ensopada Salada de Tomate Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Batata frita Salada de tomate com pepino Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopado Purê de inhame Vagem <i>sauté</i> Arroz simples Feijão simples	Cubos de frango ensopados Repolho e cenoura refogados Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Omelete Almeirão refogado Salada de abobrinha cozida Arroz simples Feijão preto	Cubos de pernil ensopados Acelga ao alho e óleo Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Legumes gratinados ao molho branco (batata, chuchu e cenoura) Arroz simples Feijão roxo
REFEIÇÃO DA TARDE	Vitamina rosé Pão de cebola	Café com leite Batata doce assada	Café com leite Bolo de laranja	Vitamina de banana com aveia Biscoito de papa ovo	Suco de maracujá Bolo de chocolate	Suco melancia com limão Torta de legumes com repolho e tomate	Salada de frutas com laranja e banana Biscoito de maisena
JANTAR	Sardinha gratinada com batata Arroz simples	Polenta com molho de carne moída, quiabo e chuchu Feijão simples	Ovo cozido Purê de batata com molho de tomate e vagem Arroz simples	Arroz temperado com carne bovina, cenoura e abobrinha	Sopa de macarrão com pernil em cubos repolho e cenoura	Feijão enriquecido com pernil, batata doce e beterraba Arroz simples	Estrogonofe de carne bovina com cenoura e tomate Arroz simples
CEIA	Creme de chocolate	Chá de HORTELÃ Biscoito cream cracker	Leite com chocolate Biscoito cream cracker	Chá de laranja Biscoito de maisena	Mingau de amido	Leite com farinha de milho	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 (IDOSOS - ILPI) 3

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO 2023

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	Café com leite Biscoito cream cracker com patê de cenoura	Café com leite Broa de fubá	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Pão de batata	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo simples	Café com leite Pão FRANCÊS com ovos mexidos
COLAÇÃO	Abacaxi	Laranja pera	Mamão	Banana prata	Melancia	Pêra	Banana nanica
ALMOÇO	Ovos mexidos Macarrão parafuso ao molho de tomate Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples	Isclas de carne com cenoura e pimentão Repolho refogado Arroz simples Feijão simples	Filé de frango oriental (cenoura, repolho e pimentão) Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Quibe assado Virado de vagem Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Chuchu refogado com tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa ensopada com quiabo Angu Salada de Tomate Arroz simples Feijão batido	Cubos de pernil refogado com pimentão e cebola Batata doce <i>sauté</i> Salada de ALFACE Arroz simples Feijão batido
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite com chocolate Broa de fubá	Café com leite Biscoito de polvilho assado	Suco de manga Pão de batata	Café com Leite Mandioca cozida	Frapê de maracujá Bolo simples	Salada de frutas com laranja e mamão Biscoito rosquinha de chocolate	Suco de abacaxi Torta de legumes com abobrinha e batata
JANTAR	Escondidinho de inhamé com carne bovina , abobrinha e tomate Arroz simples	Macarrão na chapa com filé de frango, repolho e cenoura	Arroz chinês com ovos, acelga, pimentão e tomate	Tutu de feijão com molho de linguiça e tomate Arroz simples	Macarrão parafuso com sardinha, cenoura, tomate e milho	Sopa de batata com abobrinha, cenoura e filé de frango	Feijão enriquecido com pernil, moranga e beterraba Arroz simples
CEIA	Chá de laranja Biscoito de maisena	Creme com calda de maçã caramelada	Mingau de fubá com aveia	Leite Mamão	Leite Biscoito de maisena	Creme de chocolate	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) 4

CARDÁPIO MÊS: JANEIRO 2023

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	Café com leite Biscoito de maisena	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Pão de cenoura	Café com leite Biscoito cream cracker Patê de beterraba	Café com leite Broa de farinha de milho	Café com leite PÃO DOCE simples com MANTEIGA	Café com leite Bolo fim de tarde
COLAÇÃO	Melancia	Banana prata	Manga tommy	Mamão	Laranja pera	Banana nanica	Goiaba
ALMOÇO	Ovos cozidos Jardineira de batata, vagem, cenoura Arroz simples Feijão simples	Linguiça assada Moranga refogada Vinagrete Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Mandioca ensopada Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Bife de frango acebolado Batata com molho branco Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Filé de peixe ensopado com batata Mix der repolhos Arroz simples Feijão batido	Feijoada com pernil, linguiça e bacon Farinha dourada Almeirão refogado Vinagrete Arroz simples	Coxa e sobrecoxa assada Estrogonofe de legumes com cenoura, vagem batata e abobrinha Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Café com leite Batata doce assada	Suco de maracujá Pão de cenoura	Suco de laranja Biscoito papa ovo	Café com leite Broa de farinha de milho	Arroz doce	Leite caramelado Bolo fim de tarde	Salada de frutas com banana e mamão Biscoito rosquinha de coco
JANTAR	Caldo de mandioca com filé de frango e tomate Arroz simples	Carne de panela com inhame e chuchu Arroz simples	Espaguete à bolonhesa com repolho e tomate	Canja com filé de frango, batata, cenoura e abobrinha	Canjiquinha com pernil, cenoura e chuchu	Baião com carne bovina. repolho roxo e cenoura	Minestrone com pernil. Moranga e chuchu
CEIA	Mingau de fubá	Leite com farinha de milho	Chá de limão Biscoito de cream cracker	Frapê de chocolate Biscoito de maisena	Vitamina de abacate	Creme com calda de banana caramelada	Mingau de fubá com aveia

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

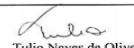
CARDÁPIO MÊS: JANEIRO 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
DATA	30/01/23	31/01/23					
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito cream cracker	Café com leite Bolo de fubá					
COLAÇÃO	Banana prata	Melancia					
ALMOÇO	Carne moída com tomate e pimentão Quiabo refogado Angu Arroz simples Feijão simples	Carne bovina acebolada Moranga refogada Salada de Repolho roxo Arroz simples Feijão simples					
REFEIÇÃO DA TARDE	Suco de laranja Bolo de fubá	Frappuccino Biscoito de polvilho assado					
JANTAR	Arroz temperado com filé de frango, cenoura e vagem) Feijão simples	Macarrão parafuso ao molho de sardinha. tomate e cenoura					
CEIA	Leite Biscoito de maisena	Vitamina de abacate					

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