

## ESCOLAS MUNICIPAIS

### CARDÁPIO PARA INTOLERANTES À LACTOSE



**FIXAR TODOS OS CARDÁPIOS EM LOCAL VISÍVEL PARA ALUNOS, PROFESSORES E COMUNIDADE ESCOLAR.**

**CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044**

**LICITAÇÃO -2021/2022**



**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

**Remessa 04- Pregão eletrônico – 25 de outubro à 19 de novembro de 2021**

| DIAS | SEMANAS                                 | Segunda-feira<br>25/10  | Terça-feira<br>Dia: 26/10  | Quarta-feira<br>Dia: 27/10   | Quinta-feira<br>Dia: 28/10  | Sexta-feira<br>Dia: 29/10  |
|------|---|---|--|--|---|--|
|      | SEM 01<br>Lanche M:<br>9:00<br>T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Macarronada caseira à bolonhesa</li> <li>Salada mista de alface e tomate</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Pão caseiro SEM LEITE com BECEL</li> <li>Suco de acerola natural</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz colorido</li> <li>Carne bovina em cubos</li> <li>Salada de vagem e cenoura e couve flor</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne</li> <li>Suco de uva integral sem açúcar</li> <li>Banana</li> </ul>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto , arroz,</li> <li>Carne suína de panela</li> <li>Salada de repolho com cenoura ralada</li> </ul>           |
|      |   | Segunda-feira<br>Dia: 01/11   | Terça-feira<br>Dia:02/11   | Quarta-feira<br>Dia: 03/11   | Quinta-feira<br>Dia: 04/11  | Sexta-feira<br>Dia: 05/11  |
|      | SEM 02<br>Lanche M:<br>9:00<br>T: 15:00 | <b>ESTUDO E PLANEJAMENTO</b>  | <b>FERIADO</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto, arroz</li> <li>Farofa de legumes c/ carne moída</li> <li>Refogado de cabotiá</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Biscoito salgado integral</li> <li>Iogurte ZERO LACTOSE</li> <li>1 maçã</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>CARNE BOVINA</li> <li>Salada mista (chuchu e cenoura)</li> </ul>                                  |
|      |   | Segunda-feira<br>Dia: 08/11   | Terça-feira<br>Dia: 09/11  | Quarta-feira<br>Dia: 10/11   | Quinta-feira<br>Dia: 11/11  | Sexta-feira<br>Dia: 12/11  |
|      | SEM 03<br>Lanche M:<br>9:00<br>T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão espaguete ao molho de peito de frango picadinho</li> <li>Salada de alface e tomate</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo DE LARANJA SEM LEITE</li> <li>Café com LEITE ZERO LACTOSE</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca , arroz</li> <li>Carne bovina cubos</li> <li>BATATA INGLESA</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne moída chá mate natural gelado</li> <li>Banana</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Risoto de frango</li> <li>Salada de repolho e cenoura</li> </ul>  |
|      |   | Segunda-feira<br>Dia: 15/11   | Terça-feira<br>Dia: 16/11  | Quarta-feira<br>Dia: 17/11   | Quinta-feira<br>Dia: 18/11  | Sexta-feira<br>Dia: 19/11  |
|      | SEM 04<br>Lanche M:<br>9:00<br>T: 15:00 | <b>FERIADO</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz carreteiro</li> <li>Salada de repolho</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Pão caseiro SEM LEITE E BECEL</li> <li>Suco natural de abacaxi</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Iscas de carne bovina ao sugo</li> <li>Mandioca</li> <li>Salada mista (legumes disponíveis)</li> <li>maçã</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta com coxa/sobrecosta de frango em molho</li> <li>salada de beterraba com cenoura e pedaços de abacaxi</li> </ul> |

**CHAMADA PÚBLICA:** cenoura, beterraba, couve flor  
**LICITAÇÃO:** feijão preto e carioca.

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)   | ENERGIA (KCAL) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
|--|----------------|---------|---------|---------|
| Semana 01                                | 326,3          | 48,6    | 16,7    | 8,5     |
| Semana 02                                | 308,6          | 49,6    | 12,1    | 7,1     |
| Semana 03                                | 304,1          | 43,8    | 14,3    | 7,9     |
| Semana 04                                | 308,9          | 50,7    | 11,9    | 7,0     |
| Referências 20% das Necessidades diárias | 329            | 45-53   | 8-12    | 9-13    |

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044