



# CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

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

## Cardápio

Faixa etária: 12 a 48 meses **REMESSA 06** – PERÍODO DE 07/02 à 11/03/2022

Cardápio para alunos dos CMEIS que são **ALÉRGICOS A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA**

HORÁRIOS		SEGUNDA 07/02	TERÇA 08/02	QUARTA 09/02	QUINTA 10/02	SEXTA 11/02
SEMANA 1	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de uva</li> <li>• Mini pizza ( <b>SEM LEITE NA MASSA</b>) de carne com tomate <b>SEM QUEIJO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de erva doce</li> <li>• <b>Pão caseirinho com doce DE FRUTAS SEM AÇÚCAR</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de ervas</li> <li>• <b>Pão de queijo SEM LEITE</b> (polvilho, ovos, óleo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro com geleia de morango sem açúcar</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Picadinho de carne bovina</li> <li>• Purê de batatas <b>SEM LEITE</b></li> <li>• Salada repolho com tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta</li> <li>• Coxa de frango picado ao molho de tomate</li> <li>• Refogado de couve</li> <li>• Saladas de alface e tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão</li> <li>• Farofa de biju com carne moída e legumes</li> <li>• Salada de cenoura e brócolis</li> <li>• <b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Lentilha</li> <li>• Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E <b>NÃO COLOCAR LEITE</b>)</li> <li>• Saladas de beterraba e couve flor.</li> <li>• <b>Fruta:</b> melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>• Refogado de: cabotiá .</li> <li>• <b>Frutas:</b> abacaxi e melão picados</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Banana</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Mamão</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salada de frutas (banana, mamão, maçã e pera)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Mamão</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Maçã</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Picadinho de carne bovina</li> <li>• Batata amassada</li> <li>• Salada repolho com tomate .</li> <li>• <b>Fruta:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta</li> <li>• Coxa de frango picado ao molho de tomate</li> <li>• Refogado de couve</li> <li>• Saladas de alface e tomate</li> <li>• Fruta: banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Risoto de frango</li> <li>• Refogado de abobrinha com cenoura.</li> <li>• Salada de repolho</li> <li>• <b>Frutas:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Lentilha</li> <li>• Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa não colocar leite)</li> <li>• Saladas de beterraba e couve flor.</li> <li>• <b>Fruta:</b> melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>• Refogado de: cabotiá .</li> <li>• <b>Frutas:</b> abacaxi e melão picados</li> </ul>



## CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 14/02	TERÇA 15/02	QUARTA 16/02	QUINTA 17/02	SEXTA 18/02
<b>SEMANA 2</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro com nata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de laranja</li> <li>• <b>TORTA SALGADA DE FRANGO COM LEGUMES (SEM LEITE NA MASSA)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de erva doce sem açúcar</li> <li>• <b>Pão caseirinho com doce de frutas sem açúcar</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• <b>Bolo sem açúcar e sem leite(receita)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro com geleia de uva sem açúcar</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Carne bovina em cubos com legumes</li> <li>• Saladas: repolho e cenoura.</li> <li>• <b>Frutas:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta</li> <li>• Carne moída ao molho</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Saladas: alface e tomate.</li> <li>• <b>Frutas:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• carne suína picadinha.</li> <li>• Salada de beterraba e chuchu</li> <li>• <b>Fruta:</b> manga picada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Macarrão caseiro com peito de frango picado ao molho</li> <li>• Couve flor e tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Íscas bovinas ao molho de tomate</li> <li>• Batata amassada</li> <li>• Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface)</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Banana</li> <li>Ou vitamina do leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pêra</li> <li>Ou vitamina do leite c/ maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salada de frutas (3 frutas variadas)</li> <li>Ou vitamina do leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Mamão</li> <li>Ou vitamina do leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Maçã</li> <li>Ou vitamina</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz carreteiro com milho e ervilha</li> <li>• Saladas: repolho e cenoura.</li> <li>• <b>Fruta:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta</li> <li>• Carne moída ao molho</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Saladas: alface e tomate.</li> <li>• <b>Frutas:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto,</li> <li>• Carne suína picadinha.</li> <li>• Salada de beterraba e chuchu</li> <li>• <b>Fruta:</b> manga picada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho</li> <li>• Couve flor e tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>TORTA SALGADA SEM LEITE NA MASSA</b> c/ carne e legumes</li> <li>• <b>Suco de fruta natural</b> (laranja abacaxi ou manga)</li> </ul>



## CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 21/02	TERÇA 22/02	QUARTA 23/02	QUINTA 24/02	SEXTA 25/02
<b>SEMANA 3</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro com doce de frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• suco natural de manga</li> <li>• <b>MINI PIZZA SEM LEITE</b> de frango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de erva doce</li> <li>• <b>SANDUÍCHE DE PÃO CASEIRINHO COM DOCE DE FRUTAS</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• <b>PÃO DE QUEIJO SEM LEITE</b> (polvilho, ovos, óleo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro com nata</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Picadinho de carne bovina</li> <li>• Batata soubé</li> <li>• Salada repolho com tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta com carne moída</li> <li>• Refogado de couve</li> <li>• Saladas de alface e tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Coxa/sobrecoxa assada ou ao molho</li> <li>• Refogado de abobrinha com cenoura</li> <li>• <b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Lentilha</li> <li>• Macarrão de arroz com molho de frango</li> <li>• Saladas de beterraba e couve flor.</li> <li>• <b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão</li> <li>• Escondidinho de mandioca com carne moída (não usar leite no purê)</li> <li>• Salada colorida.</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Banana</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de ervas (cidreira, camomila) ou suco natural</li> <li>• <b>MINI PIZZA SEM LEITE</b> de frango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salada de frutas (3 frutas variadas)</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Mamão</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Maçã</li> </ul> Ou vitamina
	<b>JANTAR (16:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Picadinho de carne bovina</li> <li>• Batata soubé</li> <li>• Salada mista.</li> <li>• <b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta com carne moída</li> <li>• Refogado de couve</li> <li>• Saladas de alface e tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Risoto de frango</li> <li>• Refogadinho de abobrinha com milho, ervilhas e cenoura.</li> <li>• Salada de repolho</li> <li>• <b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Lentilha</li> <li>• Macarrão de arroz com molho de frango</li> <li>• Saladas de beterraba e couve flor.</li> <li>• <b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão</li> <li>• Escondidinho de mandioca com carne moída (não colocar leite no purê)</li> <li>• Salada colorida.</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>



## CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 28/02	TERÇA 01/03	QUARTA 02/03	QUINTA 03/03	SEXTA 04/03
<b>Semana 4 extra</b> (obs: usar o estoque para realizar os dois dias de aula)	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<b>RECESSO ESCOLAR</b>	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>Pão de queijo caseiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li><b>BOLO DE AVEIA SEM LEITE</b> com banana e uva passas sem açúcar</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã				<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz de forno com carne moída</li> <li>Feijão preto</li> <li>Salada de repolho</li> <li><b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Íscas bovinas</li> <li>Batata amassada</li> <li>Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, beterraba)</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>  Alunos da tarde				<ul style="list-style-type: none"> <li><b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>Mamão</li> <li>Ou vitamina do leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>Maçã</li> <li>Ou vitamina</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>  Alunos da tarde				<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz de forno com carne moída</li> <li>Feijão preto</li> <li>Couve flor e tomate</li> <li><b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Íscas bovinas</li> <li>Batata amassada</li> <li>Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, beterraba)</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>



## CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 07/03	TERÇA 08/03	QUARTA 09/03	QUINTA 10/03	SEXTA 11/03
<b>SEMANA 5</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro com doce de frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de fruta natural</li> <li>• <b>BOLO SEM AÇÚCAR E SEM LEITE (RECEITAS)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de erva doce</li> <li>• <b>SANDUÍCHE DE PÃO CASEIRINHO COM DOCE DE FRUTAS</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• <b>PÃO DE QUEIJO CASEIRO SEM LEITE</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pão caseiro sem leite com doce caseiro de frutas sem açúcar</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Carne bovina em cubos com legumes</li> <li>• Saladas: repolho e cenoura.</li> <li>• <b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta</li> <li>• Coxa/sobrecostas de frango picado ao molho de tomate</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Saladas: alface e tomate.</li> <li>• <b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Carne suína de panela</li> <li>• Salada de beterraba e chuchu</li> <li>• <b>Fruta:</b> manga fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz de forno com carne moída</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Couve flor e tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Íscas bovinas</li> <li>• Batata amassada</li> <li>• Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, beterraba)</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Banana</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Pêra</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salada de frutas (3 frutas variadas)</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Mamão</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA OU NEOCATE</b></li> <li>• Maçã</li> </ul> Ou vitamina
	<b>JANTAR (16:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz carreteiro com milho e ervilha</li> <li>• Saladas: repolho e cenoura.</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi e manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta com frango ao molho</li> <li>• Picadinho de legumes.</li> <li>• Saladas: alface e tomate.</li> <li>• <b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão preto,</li> <li>• Carne suína de panela</li> <li>• Salada de beterraba e chuchu</li> <li>• <b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz de forno com carne moída (<b>receita</b>)</li> <li>• Feijão preto</li> <li>• Couve flor e tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>TORTA SALGADA SEM LEITE</b> c/ carne e legumes</li> <li>• <b>Suco de fruta</b> natural (laranja abacaxi ou manga)</li> </ul>