



## 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

Faixa etária: 12 a 48 meses **REMESSA 8 – PERÍODO DE 11/04 à 06/05/2022 – ALÉRGICO À OVOS**

Obs: o aluno alérgico a ovo que temos atualmente no Cmei, segundo relatório da ficha de Patologias, ele pode consumir alimentos assados que contenham ovos ( temperatura superior a 180°C. Dessa forma o cuidado deve ser com macarrão e panquecas ( que deverão ser feitos sem ovos).

HORÁRIOS		SEGUNDA 11/04	TERÇA 12/04	QUARTA 13/04	QUINTA 14/04	SEXTA 15/04 FERIADO
SEMANA 1	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leite</li><li>• Pão caseiro com nata</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Suco natural</li><li>• Pão de queijo (polvilho, leite, ovos, queijo, óleo)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leite</li><li>• Sanduíche de pão caseirinho com queijo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Chá de ervas</li><li>• Mini pizza (assada acima de 180 ° C) de legumes e queijo</li><li>• Copinho de salada de frutas decorado (<b>SUGESTÃO-OPCIONAL</b>)</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</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: banana</b></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 SEM OVOS colorida (colocar cenoura na massa) de carne moída</li><li>• Saladas de beterraba e couve flor.</li><li>• <b>Fruta:</b> melancia</li></ul>	
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leite</li><li>• Banana</li></ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leite</li><li>• Mamão</li></ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leite</li><li>• Melão</li></ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"><li>• Chá de ervas</li><li>• Mini pizza ( acima de 180 °C) de legumes e queijo</li><li>• Copinho de salada de frutas decorado (<b>SUGESTÃO-OPCIONAL</b>)</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>• Purê de batatas</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 SEM OVOS colorida (colocar cenoura na massa) de carne moída</li><li>• Saladas de beterraba e couve flor.</li><li>• <b>Fruta:</b> melancia</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 18/04	TERÇA 19/04	QUARTA 20/04	QUINTA 21/04 FERIADO	SEXTA 22/04 FERIADO
<b>SEMANA 2</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Pão caseiro com nata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de camomila ou suco natural</li> <li>• Torta ( acima de 180°C) salgada de frango com legumes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de erva doce ou suco natural</li> <li>• Sanduíche de pão caseirinho com queijo</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>		
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Banana</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Pêra</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ maçã	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salada de frutas (3 frutas variadas)</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta		
	<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>		



## 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 25/04	TERÇA 26/04	QUARTA 27/04	QUINTA 28/04	SEXTA 29/04
<b>SEMANA 3</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Pão caseiro com nata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de uva integral</li> <li>• Mini pizza de frango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de ervas</li> <li>• Sanduíche de pão caseirinho com queijo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Pão de queijo (polvilho, leite, queijo, óleo) <b>Sem ovos na receita</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</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>• 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>• <b>MACARRÃO DE SEMOLA SEM OVOS</b> 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</li> <li>• Salada colorida.</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</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>• Mini pizza 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>• Leite</li> <li>• Mamão</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</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>• <b>MACARRÃO DE SEMOLA SEM OVOS</b> 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</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 02/05	TERÇA 03/05	QUARTA 04/05	QUINTA 05/05	SEXTA 06/05
<b>SEMANA 4</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Pão caseiro com nata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira)</li> <li>• Bolo de banana com uva passas sem açúcar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Sanduíche de pão caseirinho com queijo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco natural de frutas</li> <li>• Pão de queijo caseiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Pão caseiro 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>• Purê de batata.</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>• Leite</li> <li>• Banana</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</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>• Leite</li> <li>• Mamão</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite</li> <li>• Maçã</li> </ul> Ou vitamina
	<b>JANTAR (16:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de carne bovina com arroz e legumes</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</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>• Torta salgada c/ carne e legumes</li> <li>• Chá de ervas</li> </ul>