



## 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 10 – PERÍODO DE 06/06 à 01/07/2022 – INTOLERANCIA A LACTOSE

HORÁRIOS		SEGUNDA 06/06	TERÇA 07/06	QUARTA 08/06	QUINTA 09/06	SEXTA 10/06
<b>SEMANA 1</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de camomila</li> <li>Bolo sem açúcar (receitas) USAR LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de erva doce</li> <li>Sanduíche de pão caseirinho com omelete</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Pão de queijo (polvilho, leite ZERO LACTOSE, ovos, queijo, óleo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Pão caseiro com geleia de morango</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 COM LEITE ZERO LACTOSE</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 repolho</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 colorida de carne moída (colocar cenoura na massa). LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> <li>Saladas de 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>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Banana</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</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>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</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>Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE</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>Sopa de arroz com frango e legumes</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) USAR LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>Saladas de 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>

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança

**Cardápio sujeito a alterações caso as nutricionistas julgar necessário.**



## 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 13/06	TERÇA 14/06	QUARTA 15/06	QUINTA 16/06	SEXTA 17/06
<b>SEMANA 2</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de camomila</li> <li>• Torta salgada de frango com legumes</li> <li>• LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de maçã com abacaxi</li> <li>• Mini pizza de carne ou de legumes</li> </ul>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
	<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 mista</li> <li>• <b>Fruta:</b> manga picada</li> </ul>		
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Banana</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</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>• 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 mista</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**

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança  
**Cardápio sujeito a alterações caso as nutricionistas julgar necessário.**

HORÁRIOS		SEGUNDA 20/06	TERÇA 21/06	QUARTA 22/06	QUINTA 23/06	SEXTA 24/06
<b>SEMANA 3</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Pão caseiro com nata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas (cidreira, camomila)</li> <li>Mini pizza de frango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de erva doce</li> <li>Sanduíche de pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Pão de queijo caseiro COM LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</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 carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Batata soute</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 repolho</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 gravatinha com molho de frango</li> <li>Saladas mista</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 LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</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 ZERO LACTOSE</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 ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão</li> </ul> Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Maçã</li> </ul> Ou vitamina



## 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**

	<b>JANTAR</b>  <b>(16:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Picadinho de carne bovina</li> <li>• Batata souté</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 repolho</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 gravatinha com molho de frango</li> <li>• Saladas mista</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 LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> <li>• Salada colorida.</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>
--	-------------------------------------	--	--	---	---	--

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança  
**Cardápio sujeito a alterações caso as nutricionistas julgar necessário.**

HORÁRIOS		SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07
	<b>DESJEJUM</b> <b>(8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</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 LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de erva doce sem açúcar</li> <li>• Sanduíche de pão caseiro com omelete</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Pão de queijo caseiro COM LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR</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

<b>SEMANA 4</b>	<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>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>• 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 mista</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>• 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 COM LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>• Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, beterraba)</li> <li>• <b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Banana</li> </ul> <p>Ou vitamina do leite c/ fruta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Pêra</li> </ul> <p>Ou vitamina do leite c/ fruta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salada de frutas (3 frutas variadas)</li> </ul> <p>Ou vitamina do leite c/ fruta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Mamão</li> </ul> <p>Ou vitamina do leite c/ fruta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite ZERO LACTOSE</li> <li>• Maçã</li> </ul> <p>Ou vitamina</p>
	<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> 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 mista</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>• Tomate</li> <li>• <b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Torta salgada c/ carne e legumes COM LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA</li> <li>• Chá de ervas</li> </ul>

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança

**Cardápio sujeito a alterações caso as nutricionistas julgar necessário.**