



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

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

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

## CMEIS MUNICIPAIS

### CARDÁPIO FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS



FIXAR TODOS OS CARDÁPIOS EM LOCAL VISÍVEL PARA ALUNOS, PROFESSORES E COMUNIDADE ESCOLAR. DISPONÍVEL TAMBÉM NO PORTAL DA TRANSPARÊNCIA DO MUNICÍPIO

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, se e quando houver necessidade.

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



**CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)**

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

**REMESSA 09 – PERÍODO DE 15 DE MAIO à 9 DE JUNHO DE 2023 - CARDÁPIO INTOLERÂNCIA A LACTOSE**

HORÁRIOS		SEGUNDA 15/05	TERÇA 16/05	QUARTA 17/05	QUINTA 18/05	SEXTA 19/05
<b>SEMANA 1</b>	<b>DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>Pão COM DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> <li>PÃO CASEIRINHO COM DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão e banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce).</li> <li><b>Pão caseiro</b> com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45] Alunos da manhã</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Carne bovina picada em cubos refogada com temperos</li> <li>Purê de batatas USAR LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>Salada repolho com cenoura ralada</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 ou repolho</li> <li>Saladas de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Farofa de biju com carne moída e legumes</li> <li>Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> <li><b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lentilha ou feijão</li> <li>Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa USAR LEITE ZERO LACTOSE).</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi em fatias ou picadinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface)</li> <li>Refogado de cabotiá</li> <li>Salada de frutas ou frutas picadas</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00) Alunos da tarde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>laranja</li> </ul>	<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>Manga</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão e maçã ou vitamina de leite com frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Salada de frutas ou frutas picadas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00) Alunos da tarde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos</li> <li>Purê de batatas USAR LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>Salada repolho com cenoura ralada</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 ou repolho</li> <li>Saladas de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz Branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Farofa de biju com carne moída e legumes</li> <li>Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lentilha ou feijão</li> <li>Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E LEITE ZERO LACTOSE)</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi em fatias ou picadinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Pão caseiro</b></li> <li>Carne moída ao molho de tomate com temperos e cheiro verde.</li> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> </ul>



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

**FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)**

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 22/05	TERÇA 23/05	QUARTA 24/05	QUINTA 25/05	SEXTA 26/05
<b>SEMANA 2</b>	<b>DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>Crepioca ( ovos, farinha de tapioca e sal)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> <li>PÃO CASEIRINHO COM DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Maçã e mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li><b>Pão caseiro</b> com doce de frutas sem açúcar (uva ou laranja com mamão)</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne bovina em cubos de panela com legumes</li> <li>Batata doce fatiada assada com temperos</li> <li>Saladas: repolho e cenoura ralados</li> <li><b>Frutas:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta ou Quirerinha</li> <li>Carne suína refogada com temperos</li> <li>Couve ou repolho refogado</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne moída refogada com cheiro verde</li> <li>Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> <li><b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Macarronada</b> caseira com peito de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Salada de brócolis e cenoura cozidos</li> <li><b>Fruta:</b> melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Coxa e sobrecoxa assada</li> <li>Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface).</li> <li>Salada de frutas ou frutas picadas</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00) Alunos da tarde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Manga</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Frutas picadas ou salada de frutas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:0) Alunos da tarde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne bovina (cubos) de panela</li> <li>Batata doce fatiada assada com temperos</li> <li>Saladas: repolho e cenoura ralados e cenoura ralados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta ou Quirerinha</li> <li>Carne suína refogada com temperos</li> <li>Couve ou repolho refogado</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne moída refogada com cheiro verde</li> <li>Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Macarronada caseira</b> com peito de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Salada de brócolis e cenoura cozidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de laranja sem açúcar</li> <li>Sanduíche de <b>pão caseiro</b> com ovos mexidos</li> </ul> <p>Pode acrescentar salada no meio do pão e montar um sanduíche (tomate, cenoura ralada, alface picadinha)</p>



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

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 29/05	TERÇA 30/05	QUARTA 31/05	QUINTA 01/06	SEXTA 02/06
SEMANA 3	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li><b>Pão caseiro</b> com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li><b>Pão caseirinho</b> com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li><b>Mini pizza</b> de legumes ou carne (moída ou frango) SEM QUEIJO com orégano (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão e maçã</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos</li> <li>Purê de batata USAR LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>Salada de alface</li> <li><b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha.</li> <li>Refogado de couve</li> <li>Saladas de repolho e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Escondidinho de mandioca com carne moída</li> <li>Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface).</li> <li><b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lentilha ou feijão</li> <li>Macarrão gravatinha com molho de frango</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente).</li> <li><b>Fruta:</b> melão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>Refogado de abobrinha com cenoura</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Banana</li> <li>Ou vitamina de frutas com leite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Manga</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Melão (pedaços)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salada de frutas ou Mamão e maçã</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina refogada com temperos</li> <li>Purê de batata USAR LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>Salada de alface</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha</li> <li>Refogado de couve</li> <li>Saladas de repolho e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Feijão preto</li> <li>Escondidinho de mandioca com carne moída</li> <li>Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lentilha ou feijão</li> <li>Macarrão gravatinha com molho de frango</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de uva integral sem açúcar</li> <li><b>Mini pizza</b> de legumes ou carne (moída ou frango) SEM QUEIJO com orégano (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE).</li> </ul>



**CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)**

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 05/06	TERÇA 06/06	QUARTA 07/06	QUINTA 08/06	SEXTA 09/06
<b>SEMANA 4</b>	<b>DESJEJUM (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>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão e banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce).</li> <li>Pão caseirinho</li> <li>Ovos mexidos</li> </ul>	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Arroz branco</li> <li>Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos</li> <li>Salada repolho com tomate</li> <li><b>Fruta:</b> laranja em fatias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Couve ou repolho refogado</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne suína temperada e assada ou de panela</li> <li>Salada de beterraba e chuchu</li> <li><b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
	<b>LANCHE (14:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Laranja</li> <li>Ou vitamina de leite c/fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão e banana</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE</li> <li>Manga fatiada</li> </ul>	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
	<b>JANTAR (16:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Arroz branco</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Salada repolho com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Couve ou repolho refogado</li> <li>Saladas: alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne suína temperada e assada</li> <li>Salada de beterraba e chuchu</li> </ul>	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>

Cabotiá, brócolis, abobrinha e outros legumes incluir na composição dos cardápios.

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

**OBS:** *Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, se e quando houver necessidade. Frutas e hortaliças poderão ter inversão de dia ofertado devido a ponto de maturação, mas terão a oferta na semana.*

*Emanuelli M. Moreira*

*Simone R. B. Brandini*