



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 10 – PERÍODO DE 12 DE JUNHO à 07 DE JULHO DE 2023 - CARDÁPIO INTOLERÂNCIA A LACTOSE

HORÁRIOS		SEGUNDA 12/06	TERÇA 13/06	QUARTA 14/06	QUINTA 15/06	SEXTA 16/06
SEMANA 1	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão de queijo (USAR LEITE ZERO LACTOSE E NÃO COLOCAR QUEIJO NA MASSA) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce). Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS
	ALMOÇO (10:45] Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Carne bovina picada em cubos refogada com temperos Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE E SEM QUEIJO Salada repolho com cenoura ralada Fruta: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura e chuchu cozidos Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa). Saladas de beterraba e couve flor Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface) Refogado de cabotiá . Salada de frutas ou frutas picadas
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Manga Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Salada de frutas ou frutas picadas
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE E SEM QUEIJO Salada repolho com cenoura ralada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) USAR LEITE ZERO LACTOSE Saladas de beterraba e couve flor Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro Carne moída ao molho de tomate com temperos e cheiro verde. Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).



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 19/06	TERÇA 20/06	QUARTA 21/06	QUINTA 22/06	SEXTA 23/06
SEMANA 2	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Crepioca (ovos, farinha de tapioca e sal) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Maçã e mamão 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com doce de frutas sem açúcar (uva ou laranja com mamão)
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne bovina em cubos de panela com legumes Batata doce fatiada assada com temperos Saladas: repolho e cenoura ralados Frutas: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta ou Quirerinha Carne suína refogada com temperos Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne moída refogada com cheiro verde Salada de cenoura e chuchu cozidos Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate Salada de brócolis e cenoura cozidos Fruta: melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assada Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface). Salada de frutas ou frutas picadas
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Manga 	<ul style="list-style-type: none"> Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Salada de frutas ou frutas picadas
	JANTAR (16:0) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne bovina (cubos) de panela Batata doce fatiada assada com temperos Saladas: repolho e cenoura ralados 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta ou Quirerinha Carne suína refogada com temperos Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne moída refogada com cheiro verde Salada de cenoura e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate Salada de brócolis e cenoura cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de laranja sem açúcar Sanduíche de pão caseiro com ovos mexidos <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 26/06	TERÇA 27/06	QUARTA 28/06	QUINTA 29/06	SEXTA 30/06
SEMANA 3	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com orégano E SEM QUEIJO (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão e maçã
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE Salada de alface Fruta: laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha. Refogado de couve Saladas de repolho e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Escondidinho de mandioca com carne moída Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface). Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Macarrão gravatinha com molho de frango Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente). Fruta: abacaxi e melão em fatias ou picadinho. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Refogado de abobrinha com cenoura
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana Ou vitamina de frutas com leite 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Manga Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Melão e abacaxi picadinhos (pedaços) 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de frutas ou Mamão e Maçã
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina refogada com temperos Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha Refogado de couve Saladas de repolho e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Escondidinho de mandioca com carne moída Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface). 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Macarrão gravatinha com molho de frango Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente). 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de uva integral sem açúcar Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com orégano E SEM QUEIJO (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE).



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 03/07	TERÇA 04/07	QUARTA 05/07	QUINTA 06/07	SEXTA 07/07
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão e banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). Pão caseirinho Ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana e pera
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz branco Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Salada repolho com tomate Fruta: laranja em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne suína temperada e assada ou de panela Salada de beterraba e chuchu Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Batata souté Coxa e sobrecoxa de frango assada Refogado de abobrinha com cenoura Salada mista Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz de forno com carne moída Feijão preto Salada de couve flor e tomate.
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE laranja Ou vitamina de leite c/fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE banana e mamão Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de fruta natural Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana e Pera
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz branco Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Salada repolho com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne suína temperada assada ou de panela Salada de beterraba e chuchu Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Batata souté Coxa e sobrecoxa de frango assada Refogado de abobrinha com cenoura Salada mista 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de uva integral Torta salgada de carne moída com legumes
	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	



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 24/07	TERÇA 25/07	QUARTA 26/07	QUINTA 27/07	SEXTA 28/07
SEMANA 5 APÓS AS FÉRIAS	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão de queijo (USAR LEITE ZERO LACTOSE E NÃO COLOCAR QUEIJO NA MASSA) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce). Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Carne bovina picada em cubos refogada com temperos Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE Salada repolho com cenoura ralada Fruta: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura e chuchu cozidos Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) USAR LEITE ZERO LACTOSE Saladas de beterraba e couve flor Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface) Refogado de cabotiá Salada de frutas ou frutas picadas.
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Manga Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão e maçã Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Salada de frutas ou frutas picadas
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE Salada repolho com cenoura ralada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) USAR LEITE ZERO LACTOSE Saladas de beterraba e couve flor Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro Carne moída ao molho de tomate com temperos e cheiro verde. Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).

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