



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.

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

Frutas e hortaliças poderão ter inversão de dia ofertado devido a ponto de maturação, mas terão a oferta na semana. Salada de frutas e frutas variadas picadas, poderão ser servidas em substituição a fruta do dia.

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 04 – PERÍODO DE 23 de Outubro à 17 de Novembro de 2023 - CARDÁPIO INTOLERÂNCIA A LACTOSE

HORÁRIOS		SEGUNDA 23/10	TERÇA 24/10	QUARTA 25/10	QUINTA 26/10	SEXTA 27/10
SEMANA 1	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce). Pão de queijo USAR LEITE ZERO LACTOSE 	<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 queijo mussarela SEM LACTOSE 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
	ALMOÇO (10:45)] Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> 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"> Feijão carioca ou lentilha Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E 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"> Feijão carioca Carne bovina picada 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"> Feijão carioca ou lentilha Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E 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 30/10	TERÇA 31/10	QUARTA 01/11	QUINTA 02/11	SEXTA 03/11
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 e manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). • Pão caseirinho com queijo mussarela ZERO LACTOSE 	FERIADO	RECESSO
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> • 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"> • Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate • Salada de brócolis e cenoura cozidos • Melancia 		
	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 e manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Melancia 		
	JANTAR (16:0) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão preto • Carne bovina em cubos de panela com legumes • Batata doce fatiada assada com temperos • Saladas: repolho e cenoura ralados 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta ou Quirerinha • Carne suína refogada • Couve ou repolho refogado • Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate • Salada de brócolis e cenoura cozidos 		



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 06/11	TERÇA 07/11	QUARTA 08/11	QUINTA 09/11	SEXTA 10/11
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 queijo mussarela ZERO LACTOSE 	<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 SEM AÇÚCAR 	<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 queijo SEM LACTOSE e orégano (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"> 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"> Feijão ou lentilha Macarrão gravatinha com molho de frango Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente). Fruta: melão 	<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 (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"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogado 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"> Feijão ou lentilha 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 queijo SEM LACTOSE e orégano (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 13/11	TERÇA 14/11	QUARTA 15/11	QUINTA 16/11	SEXTA 17/11
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 	FERIADO	<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).
	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 branco Feijão preto Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas Refogado de abobrinha com cenoura Salada mista Manga e maçã picadinhos 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz de forno com carne moída Feijão preto Salada de couve flor e tomate Banana e pera
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro laranja Ou vitamina de leite c/fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Mamão e Banana 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 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 branco Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas Refogado de abobrinha com cenoura Salada mista manga e maçã picadinhos 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de uva integral Torta salgada de carne moída ou arroz de forno com salada colorida (3 tipos).

Cabotiá, brócolis, abobrinha, ora-pro-nobis, espinafre, temperos naturais em geral, 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. Salada de frutas e frutas variadas picadas, poderão ser servidas em substituição a uma fruta.

Emanali M. Moreira

Simone R. B. Brandini