



**Cardápio**

**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**

**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

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

## **ESCOLAS MUNICIPAIS**

**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL**

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

**LICITAÇÃO -2023/2024**



**Cardápio**

**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**

**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

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

**Remessa 06 Fevereiro de 2024 DE 05/02/2024 a 08 de MARÇO de 2024 CARDÁPIO PADRÃO**

DIAS	SEMANAS	Segunda-feira Dia: 05/02/2024	Terça-feira Dia: 06/02	Quarta-feira Dia: 07/02	Quinta-feira Dia: 08/02	Sexta-feira Dia: 09/02
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Biscoito integral</li> <li>Iogurte de frutas</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarronada caseira com peito de frango ao molho</li> <li>Salada mista de alface e tomate</li> <li>Melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz carreteiro ou arroz branco e carne em cubos ao molho com temperos</li> <li>Salada de vagem, cenoura e brócolis</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne (pão de lanche e carne moída ao molho)</li> <li>SUCO DE UVA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos)</li> <li>Arroz</li> <li>Refogado de repolho com cenoura ralada</li> <li>Fatias de laranja</li> </ul>
		Segunda-feira Dia: 12/02	Terça-feira Dia: 13/02	Quarta-feira Dia: 14/02	Quinta-feira Dia: 15/02	Sexta-feira Dia: 16/02
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão espaguete com carne moída</li> <li>Salada de alface</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão</li> <li>Arroz</li> <li>Carne em cubos</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Laranja</li> </ul>
		Segunda-feira Dia: 19/02	Terça-feira Dia: 20/02	Quarta-feira Dia: 21/02	Quinta-feira Dia: 22/02	Sexta-feira Dia: 23/02
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos</li> <li>Salada alface com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risoto de frango com mix de legumes</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>Arroz Branco</li> <li>Farofa de legumes com carne moída</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Café com leite</li> <li>Pão caseiro com margarina</li> <li>maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Carne bovina em cubos ao molho com temperos</li> <li>Mandioca cozida</li> <li>Salada de chuchu com cenoura cozidos</li> </ul>
SEM 04		Segunda-feira Dia: 26/02	Terça-feira Dia: 27/02	Quarta-feira Dia: 28/02	Quinta-feira Dia: 29/02	Sexta-feira Dia: 01/03
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão parafuso molho à bolonhesa (Carne moída em molho)</li> <li>Salada de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuca caseira</li> <li>Café com leite</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Arroz Branco</li> <li>Carne bovina em cubos ao molho com temperos</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne moída (pão de lanche e carne moída ao molho)</li> <li>Chá mate natural</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Carne de frango ao molho</li> <li>Purê de batatas</li> <li>Salada de repolho e cenoura</li> </ul>
SEM 05		Segunda-feira Dia: 04/03	Terça-feira Dia: 05/03	Quarta-feira Dia: 06/03	Quinta-feira Dia: 07/03	Sexta-feira Dia: 08/03
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>Arroz Branco</li> <li>Carne moída refogada com cheiro verde e temperos</li> <li>Salada de alface com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo de fubá</li> <li>Chá de ervas</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Carne bovina em cubos ao sugo (molho vermelho)</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos</li> <li>Salada de beterraba</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão espaguete e carne em cubos ao molho</li> <li>Salada</li> <li>maçã</li> </ul>

**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.



**Cardápio**

**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**

**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

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

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
<i>Semana 01</i>	348	51,8	16	9,7
<i>Semana 02</i>				
<i>Semana 03</i>	325,8	52	11,7	8,3
<i>Semana 04</i>	334,8	49,2	14	9,3
<i>Semana 05</i>	326,3	50,4	13	8,2
<i>Referências 20% das Necessidades diárias</i>	329	45-53	8-12	9-13

*Emanoli M. Moreira*

*Simone R. B. Brandini*