



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, OU 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 de cada 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.



**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 06 DE MAIO A 31 DE MAIO DE 2024 - CARDÁPIO INTOLERÂNCIA A LACTOSE**

HORÁRIOS		SEGUNDA 06/05	TERÇA 07/05	QUARTA 08/05	QUINTA 09/05	SEXTA 10/05
<b>SEMANA 1</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  <b>Alunos da manhã</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce).</li> <li>• Pão de queijo (USAR QUEIJO ZERO LACTOSE).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro (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 queijo mussarela (ZERO LACTOSE)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>• Mamão e maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> <li>• Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)]</b>  <b>Alunos da manhã</b>	<ul style="list-style-type: none"> <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>• Fruta: 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>• Fruta: Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijão carioca ou lentilha</li> <li>• Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E USAR LEITE ZERO LACTOSE).</li> <li>• Saladas de beterraba e couve flor (temperar separado)</li> <li>• Fruta: 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)</b>  <b>Alunos da tarde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro 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 leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>• Manga</li> <li>• Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>• Mamão e maçã</li> <li>• Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</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)</b>  <b>Alunos da tarde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Carne bovina picada em cubos refogada com temperos</li> <li>• Purê de batatas COM 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>• Feijão carioca ou lentilha</li> <li>• Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E USAR LEITE ZERO LACTOSE)</li> <li>• Saladas de beterraba e couve flor (temperar separado)</li> <li>• Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pão caseiro</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 13/05	TERÇA 14/05	QUARTA 15/05	QUINTA 16/05	SEXTA 17/05
<b>SEMANA 2</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<b>FERIADO MUNICIPAL</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>● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> <li>● Pão caseirinho com queijo mussarela ZERO LACTOSE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>● Maçã e mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>● Pão caseiro com doce de frutas sem açúcar (uva ou laranja com mamão).</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Polenta ou Quirerinha</li> <li>● Carne suína refogadinha 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 refogadinha com temperos e cheiro verde</li> <li>● Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> <li>● Fruta: Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate</li> <li>● Salada de brócolis e cenoura cozidos</li> <li>● Fruta: Laranja</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)</b>  Alunos da tarde		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>● Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>● Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>● Laranja</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 (16:0)</b>  Alunos da tarde		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Polenta ou Quirerinha</li> <li>● Carne suína refogadinha</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 refogadinha com cheiro verde</li> <li>● Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Macarronada caseira 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 pão caseiro com ovos mexidos</li> <li>● Pode acrescentar salada no meio do pão e montar um sanduíche (tomate, cenoura ralada, alface picadinha)</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 20/05	TERÇA 21/05	QUARTA 22/05	QUINTA 23/05	SEXTA 24/05
<b>SEMANA 3</b>	<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>• Pão caseiro com queijo mussarela ZERO LACTOSE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro 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>• Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>• Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com QUEIJO ZERO LACTOSE e orégano (massa caseira sem açúcar).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite PURO ZERO LACTOSE</li> <li>• Mamão e maçã</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijão carioca</li> <li>• Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos</li> <li>• Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>• Salada de alface</li> <li>• Fruta: 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>• Fruta: Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijão ou lentilha</li> <li>• Macarrão gravatinha com molho de frango</li> <li>• Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente).</li> <li>• Fruta: 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 puro 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 puro ZERO LACTOSE</li> <li>• Manga</li> <li>• Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro 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>• Feijão carioca</li> <li>• Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos</li> <li>• Purê de batata COM 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>• Feijão ou lentilha</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>• Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com queijo ZERO LACTOSE e 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 27/05	TERÇA 28/05	QUARTA 29/05	QUINTA 30/05	SEXTA 31/05
<b>SEMANA 4</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>● Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro 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>● Fruta: Laranja</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 (temperar separado).</li> <li>● Fruta: manga</li> </ul>		
	<b>LANCHE (14:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>● Laranja</li> <li>● Ou vitamina de leite c/fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>● Mamão e Banana</li> <li>● Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Suco de fruta natural</li> <li>● Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas.</li> </ul>		
	<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 em cubos refogada com temperos</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 ou de panela</li> <li>● Salada de beterraba e chuchu (temperar separado).</li> <li>● Fruta:manga</li> </ul>		

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