



ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

Obs.: Semana do dia 12 ao dia 16 de Agosto, ficou como Remessa 12 Extra, da licitação antiga. As semanas do dia 19 de Agosto a 06 de Setembro, iniciam a REMESSA 01.

REMESSA 01- PERÍODO DE: 19 DE AGOSTO A 06 DE SETEMBRO DE 2024

CARDÁPIO COLESTEROL E TRIGLICERÍDEOS ALTO

| DIAS/SEMANAS | | SEGUNDA-FEIRA DIA: 12/08 | TERÇA-FEIRA DIA: 13/08 | QUARTA-FEIRA DIA: 14/08 | QUINTA FEIRA DIA: 15/08 | SEXTA-FEIRA DIA: 16/08 |
|----------------|-------------------------------|---|--|--|--|---|
| SEM 01 | Lanche M: 9:00 T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO INTEGRAL com peito de frango ao molho de tomate Salada de alface | <ul style="list-style-type: none"> Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE PÃO INTEGRAL PURO OU BISCOITO INTEGRAL Banana | <ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro ou arroz branco e carne em cubos ao molho com temperos (USAR ARROZ INTEGRAL) Salada de tomate Maçã COM CASCA | <ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho) Suco de uva integral sem açúcar | <ul style="list-style-type: none"> Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos) ARROZ INTEGRAL Salada de repolho com cenoura ralada Laranja fatiada (COMER O BAGAÇO) |
| NOVA LICITAÇÃO | | | | | | |
| | | SEGUNDA-FEIRA DIA: 19/08 | TERÇA-FEIRA DIA: 20/08 | QUARTA-FEIRA DIA: 21/08 | QUINTA FEIRA DIA: 22/08 | SEXTA-FEIRA DIA: 23/08 |
| SEM 02 | Lanche M: 9:00 T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos Salada alface com tomate | <ul style="list-style-type: none"> Risoto de frango com mix de legumes ou arroz branco com coxa e sobrecoxa de frango ao molho (USAR ARROZ INTEGRAL) Salada de beterraba Banana | <ul style="list-style-type: none"> Feijão preto ARROZ INTEGRAL Farofa de legumes com carne moída Laranja fatiada (COMER O BAGAÇO) | <ul style="list-style-type: none"> BISCOITO SALGADO INTEGRAL Iogurte de frutas ZERO GORDURA Maçã COM CASCA | <ul style="list-style-type: none"> ARROZ INTEGRAL Carne bovina em cubos ao molho com temperos Purê de batata (ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU O PURÊ). Salada de repolho com cenoura (ralados cru). |
| | | SEGUNDA-FEIRA DIA: 26/08 | TERÇA-FEIRA DIA: 27/08 | QUARTA-FEIRA DIA: 28/08 | QUINTA FEIRA DIA: 29/08 | SEXTA-FEIRA DIA:30/08 |
| SEM 03 | Lanche M: 9:00 T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO INTEGRAL ao sugo (molho de tomate). Carne moída refogada com temperos e mix de legumes Salada de alface | <ul style="list-style-type: none"> PÃO INTEGRAL PURO OU BISCOITO INTEGRAL Café com LEITE DESNATADO Banana | <ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca ARROZ INTEGRAL Carne bovina em cubos ao molho com temperos Salada de pepino japonês com tomate Laranja fatiada (COMER O BAGAÇO) | <ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne moída (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho) Chá mate natural ou chá de erva doce SEM AÇÚCAR OU C/ ADOÇANTE Maçã COM CASCA | <ul style="list-style-type: none"> ARROZ INTEGRAL Coxa e sobrecoxa de frango ao molho Mandioca cozida (ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU A MANDIOCA) Salada de repolho e cenoura |
| | | SEGUNDA-FEIRA DIA: 02/09 | TERÇA-FEIRA DIA: 03/09 | QUARTA-FEIRA DIA: 04/09 | QUINTA FEIRA DIA: 05/09 | SEXTA-FEIRA DIA: 06/09 |
| SEM 04 | Lanche M: 9:00 T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> Feijão preto ARROZ INTEGRAL Carne moída refogada com cheiro verde e temperos Salada de alface com tomate | <ul style="list-style-type: none"> Bolo INTEGRAL FEITO NA ESCOLA Chá de ervas SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE Banana | <ul style="list-style-type: none"> ARROZ INTEGRAL Iscas bovinas Batata em molho (ESCOLHER ARROZ OU BATATA) Salada de vagem e salada de cenoura cozidas (temperar separado) Laranja fatiada (COMER O BAGAÇO) | <ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos Salada mista de repolho (verde e roxo) Maçã COM CASCA | <ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO INTEGRAL com carne em cubos ao molho Salada de beterraba Melancia <p style="text-align: right;"><i>Simone R. B. Brandini</i></p> |

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pela nutricionista, 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.