



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

REMESSA 02- PERÍODO DE: 09 DE SETEMBRO A 04 DE OUTUBRO DE 2024 CARDÁPIO INTOLERÂNCIA A LACTOSE

DIAS/SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 09/09	TERÇA-FEIRA DIA: 10/09	QUARTA-FEIRA DIA: 11/09	QUINTA FEIRA DIA: 12/09	SEXTA-FEIRA DIA: 13/09
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango ao molho de tomate Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite ZERO LACTOSE Pão caseiro com margarina Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro ou arroz branco e carne em cubos ao molho com temperos Salada de pepino japonês e tomate Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne (pão de lanche 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 branco Salada de repolho com cenoura ralados Laranja fatiada
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 16/09	TERÇA-FEIRA DIA: 17/09	QUARTA-FEIRA DIA: 18/09	QUINTA FEIRA DIA: 19/09	SEXTA-FEIRA DIA: 20/09
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 Salada de beterraba Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto Arroz Branco Farofa de legumes com carne moída Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> BISCOITO DE GERGELIM Iogurte de frutas ZERO LACTOSE Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho com temperos Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE Salada de repolho com cenoura ralados
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 23/09	TERÇA-FEIRA DIA: 24/09	QUARTA-FEIRA DIA: 25/09	QUINTA FEIRA DIA: 26/09	SEXTA-FEIRA DIA: 27/09
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Macarrão parafuso ao sugo (molho de tomate). Carne moída refogada com temperos e mix de legumes Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> BISCOITO COOKIES JASMINE Café com leite ZERO LACTOSE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz Branco Carne bovina em cubos ao molho com temperos Salada de pepino japonês com tomate Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne moída (pão de lanche e carne moída ao molho) Chá mate natural ou chá de erva doce Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango ao molho Mandioca cozida Salada de repolho e cenoura
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 30/09	TERÇA-FEIRA DIA: 01/10	QUARTA-FEIRA DIA: 02/10	QUINTA FEIRA DIA: 03/10	SEXTA-FEIRA DIA: 04/10
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto Arroz Branco Carne moída refogada com cheiro verde e temperos Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> BOLO SEM LEITE FEITO NA ESCOLA Chá de ervas Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Iscas bovinas Batata em molho Salada de vagem e salada de cenoura cozidas (temperar separado) Laranja fatiada 	<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 	<ul style="list-style-type: none"> Macarrão espaguete com carne em cubos ao molho Salada de beterraba Melancia

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.

Simone R. B. Brandini