



**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 07 - PERÍODO DE: 07 DE ABRIL A 09/05/2025**    **CARDÁPIO TRIGLICERÍDEOS ELEVADOS**

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 07/04	TERÇA-FEIRA DIA: 08/04	QUARTA-FEIRA DIA: 09/04	QUINTA FEIRA DIA: 10/04	SEXTA-FEIRA DIA: 11/04
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO INTEGRAL com peito de frango ao molho de tomate</li> <li>• Salada de alface</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE</li> <li>• Pão integral com margarina (CAMADA BEM FININHA)</li> <li>• Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz carreteiro OU ARROZ INTEGRAL</li> <li>• Carne em cubos ao molho com temperos</li> <li>• Salada de tomate e pepino japonês</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Torta salgada de carne moída ou Sanduíche de carne (USAR FARINHA INTEGRAL NA MASSA E CONSUMIR O PÃO INTEGRAL)</li> <li>• Suco de uva integral sem açúcar</li> <li>• Maçã COM CASCA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos)</li> <li>• ARROZ INTEGRAL</li> <li>• Salada de repolho com cenoura ralada</li> <li>• Laranja fatiada</li> </ul>
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 14/04	TERÇA-FEIRA DIA: 15/04	QUARTA-FEIRA DIA: 16/04	QUINTA FEIRA DIA: 17/04	SEXTA-FEIRA DIA: 18/04
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta cremosa</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>• Feijão preto</li> <li>• ARROZ INTEGRAL</li> <li>• Coxa e sobrecoxa de frango desossada assada (ou ao molho)</li> <li>• Salada de beterraba</li> <li>• Melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolo caseiro INTEGRAL SEM AÇÚCAR)</li> <li>• Chá de ervas SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE</li> <li>• Maçã COM CASCA</li> </ul>	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO</b>
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 21/04	TERÇA-FEIRA DIA: 22/04	QUARTA-FEIRA DIA: 23/04	QUINTA FEIRA DIA: 24/04	SEXTA-FEIRA DIA: 25/04
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<b>FERIADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO INTEGRAL COM UMA CAMADA BEM FININHA DE MARGARINA</li> <li>• Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE</li> <li>• Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijão preto</li> <li>• ARROZ INTEGRAL</li> <li>• Coxa e sobrecoxa de frango desossada assada ou em molho</li> <li>• Salada de alface com tomate</li> <li>• Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta cremosa</li> <li>• Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos</li> <li>• Salada pepino japonês com tomate</li> <li>• Maçã COM CASCA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL</li> <li>• Carne bovina em cubos ao molho com temperos</li> <li>• Mandioca cozida</li> <li>• Salada de repolho e cenoura</li> <li>• OBS.: ESCOLHER ENTRE O ARROZ E A MANDIOCA</li> </ul>
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 28/04	TERÇA-FEIRA DIA: 29/04	QUARTA-FEIRA DIA: 30/04	QUINTA FEIRA DIA: 01/05	SEXTA-FEIRA DIA: 02/05
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijão carioca</li> <li>• ARROZ INTEGRAL</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>• Biscoito salgado de integral</li> <li>• Iogurte de frutas ZERO AÇÚCAR E ZERO GORDURA</li> <li>• Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL</li> <li>• Carne em bovina em cubos refogada com temperos</li> <li>• Batata rústica (s/ casca) temperada e assada</li> <li>• Salada de vagem e cenoura cozidas (temperar separado)</li> </ul>	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>



**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

		<b>SEGUNDA-FEIRA DIA: 05/05</b>	<b>TERÇA-FEIRA DIA: 06/05</b>	<b>QUARTA-FEIRA DIA: 07/05</b>	<b>QUINTA FEIRA DIA:08/05</b>	<b>SEXTA-FEIRA DIA: 09/05</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO INTEGRAL ao sugo</li> <li>• Carne moída refogada com temperos</li> <li>• Salada de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polenta cremosa</li> <li>• Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos</li> <li>• Salada beterraba</li> <li>• Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sanduíche de carne moída (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho)</li> <li>• Chá mate natural ou chá de erva doce SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE</li> <li>• Maçã COM CASCA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL</li> <li>• Carne bovina em cubos</li> <li>• Purê de batata</li> <li>• Salada de repolho com cenoura (ralados cru).</li> <li>• OBS.: ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU O PURÊ</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>• Salada mista</li> <li>• Laranja fatiada</li> </ul>

**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