



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 08- PERÍODO DE 12 DE MAIO até 06 DE JUNHO DE 2025 **CARDÁPIO TRIGLICERÍDEOS ELEVADOS**

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 12/05	TERÇA-FEIRA DIA: 13/05	QUARTA-FEIRA DIA: 14/05	QUINTA FEIRA DIA: 15/05	SEXTA-FEIRA DIA: 16/05
SEM 01	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 	<p>FERIADO MUNICIPAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro (FAZER COM ARROZ INTEGRAL) OU • ARROZ INTEGRAL • Carne em cubos ao molho com temperos • Salada de tomate e pepino japonês • Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> • Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • PÃO INTEGRAL com margarina (CAMADA BEM FININHA) • Maçã COM CASCA 	<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 (CONSUMIR O BAGAÇO)
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 19/05	TERÇA-FEIRA DIA: 20/05	QUARTA-FEIRA DIA: 21/05	QUINTA FEIRA DIA: 22/05	SEXTA-FEIRA DIA: 23/05
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 (USAR ARROZ INTEGRAL) ou • ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango ao molho ou assada • Salada de beterraba • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão preto • ARROZ INTEGRAL • Farofa de legumes com carne moída • Laranja fatiada (CONSUMIR O BAGAÇO) 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO 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 • Salada de repolho com cenoura (ralados cru). • A CRIANÇA DEVE ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU O PURÊ
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 26/05	TERÇA-FEIRA DIA: 27/05	QUARTA-FEIRA DIA: 28/05	QUINTA FEIRA DIA: 29/05	SEXTA-FEIRA DIA: 30/05
SEM 03	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"> • COOKIES INTEGRAIS • Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • 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 (CONSUMIR 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 COM ADOÇANTE • Maçã COM CASCA 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango ao molho • Mandioca cozida OU • ARROZ INTEGRAL • Escondidinho de mandioca com frango • Salada de repolho e cenoura • A CRIANÇA DEVE ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU O ESCONDIDINHO DE MANDIOCA



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

		SEGUNDA-FEIRA DIA: 02/06	TERÇA-FEIRA DIA: 03/06	QUARTA-FEIRA DIA: 04/06	QUINTA FEIRA DIA: 05/06	SEXTA-FEIRA DIA: 06/06
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 na pressão com temperinhos • Batata em molho • Salada de vagem e salada de cenoura cozidas (temperar separado) • Laranja fatiada (CONSUMIR 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 (pode servir junto ou separado de acordo com preferência das crianças) • 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