



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 09 - PERÍODO DE: 09 DE JUNHO A DE 04 DE JULHO DE 2025

CARDÁPIO PADRÃO

DIAS SEMANAS	SEGUNDA-FEIRA DIA: 09/06	TERÇA-FEIRA DIA: 10/06	QUARTA-FEIRA DIA: 11/06	QUINTA FEIRA DIA: 12/06	SEXTA-FEIRA DIA: 13/06
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00 <ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com carne moída ao molho de tomate Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Pão caseiro com margarina Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro OU Arroz branco Carne em cubos ao molho com temperos Salada de tomate e pepino japonês 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 ralada Laranja fatiada
	SEGUNDA-FEIRA DIA: 16/06	TERÇA-FEIRA DIA: 17/06	QUARTA-FEIRA DIA: 18/06	QUINTA FEIRA DIA: 19/06	SEXTA-FEIRA DIA: 20/06
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00 <ul style="list-style-type: none"> Feijão preto Arroz Branco Farofa de legumes com carne moída Salada alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango ao molho ou assado Purê de batata Salada de repolho com cenoura Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Carne bovina em cubos ao molho com temperos Salada de beterraba Laranja fatiada 	FERIADO	RECESSO
	SEGUNDA-FEIRA DIA: 23/06	TERÇA-FEIRA DIA: 24/06	QUARTA-FEIRA DIA: 25/06	QUINTA FEIRA DIA: 26/06	SEXTA-FEIRA DIA: 27/06
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00 <ul style="list-style-type: none"> Macarrão parafuso ao sugo (molho de tomate). Picadinho de frango com temperos e mix de legumes Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne moída (pão de lanche e carne moída ao molho) OU TORTA SALGADA DE CARNE MOÍDA Chá mate natural ou chá de erva doce 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"> Cuca caseira Leite com café 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: 30/06	TERÇA-FEIRA DIA: 01/07	QUARTA-FEIRA DIA: 02/07	QUINTA FEIRA DIA: 03/07	SEXTA-FEIRA DIA: 04/07
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 caseiro de fubá Chá de erva doce Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Iscas bovinas Batata em molho ou assada temperada com óleo e orégano 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) Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de legumes com macarrão e carne bovina OU Macarrão espaguete com carne em cubos ao molho Salada de beterraba Maçã

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.



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

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
<i>Semana 01</i>	338	51,7	15,3	7,8
<i>Semana 02</i>	333	53,5	11,6	8,1
<i>Semana 03</i>	319	46,7	14	9,3
<i>Semana 04</i>	342	50,5	14,8	8,9
<i>Referências 20% das Necessidades diárias</i>	329	45-53	8-12	9-13

Simone R. B. Brandini