



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 TRIGLICERÍDEOS ELEVADOS

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"> • MACARRÃO INTEGRAL com carne moída ao molho de tomate • Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR • PÃO INTEGRAL com margarina • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro • OU • Arroz puro (ARROZ INTEGRAL) • Carne em cubos ao molho com temperos Salada de tomate e pepino japonês • 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
		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 INTEGRAL • Farofa de legumes com carne moída • Salada alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango ao molho ou assado • Purê de batata • Salada de repolho com cenoura • Maçã COM CASCA 	<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 INTEGRAL 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 INTEGRAL e carne moída ao molho) • OU • TORTA SALGADA DE CARNE MOÍDA (USAR FARINHA INTEGRAL NA MASSA) • Chá mate natural ou chá de erva doce SEM AÇÚCAR • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO INTEGRAL COM MARGARINA • Leite DESNATADO com café • Maçã COM CASCA 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango ao molho • Mandioca cozida • Salada de repolho e cenoura



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: 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 <p style="text-align: center;">OU</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.

Simone R. B. Brandini