



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 RT: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

REMESSA: 02/2025 - PERÍODO de 29/09 a 24/10/2025

CARDÁPIO INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 29/09	TERÇA-FEIRA DIA: 30/09	QUARTA-FEIRA DIA: 01/10	QUINTA FEIRA DIA: 02/10	SEXTA-FEIRA DIA: 03/10
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO SEM GLÚTEN ao sugo (molho de tomate) Carne moída refogada com temperos e mix de legumes Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Leite com café PÃO SEM GLÚTEN com margarina (OU BISCOITO DE ARROZ OU DE POLVILHO) Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro ou Arroz branco Carne em cubos ao molho com temperos Salada de pepino japonês e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Torta salgada de frango ou de carne moída e legumes (USAR FARINHA SEM GLÚTEN) Chá mate natural ou de ervas Maçã 	<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: 06/10	TERÇA-FEIRA DIA: 07/10	QUARTA-FEIRA DIA: 08/10	QUINTA FEIRA DIA: 09/10	SEXTA-FEIRA DIA: 10/10 LANCHE ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> BISCOITO DE ARROZ OU DE POLVILHO Iogurte de frutas Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Carne bovina em cubos ao molho com temperos Purê de batata Salada de alface Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango assada Salada de tomate E brócolis Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> PÃO SEM GLÚTEN com carne moída Suco de uva sem açúcar Banana 	<ul style="list-style-type: none"> BOLO CASEIRO MISTURA SEM GLÚTEN MESA COM FRUTAS OU SALADA DE FRUTAS PICOLÉ FLORAÍ  



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 RT: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

DURANTE A SEMANA DO DIA DAS CRIANÇAS TERÁ PIPOCA SALGADA E SAGU DE SUCO DE UVA EM TODAS AS ESCOLAS!! ALÉM DE ATIVIDADES PEDAGOGIAS E BRINCADEIRAS ESPECIAIS



NESSA SEMANA SEPARAMOS OS LANCHES PREFERIDOS DAS CRIANÇAS, PARA COMEMORARMOS DE FORMA ALEGRE E SAUDÁVEL O DIA DELES !!!

SEM 03		SEGUNDA-FEIRA DIA: 13/10	TERÇA-FEIRA DIA: 14/10	QUARTA-FEIRA DIA: 15/10	QUINTA FEIRA DIA: 16/10	SEXTA-FEIRA DIA:17/10
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN com peito de frango ao molho de tomate • Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco • Coxa e sobrecoxa de frango ao molho • Mandioca cozida <p style="text-align: center;">Ou</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco com escondidinho de mandioca com recheio de frango • Salada de repolho e cenoura Banana 	FERIADO DIA PROFESSOR	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO DE ARROZ OU DE POLVILHO OU PÃO SEM GLÚTEN COM DOCE DE FRUTAS • Leite com café • Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão preto • Arroz Branco • BOLO DE CARNE MOÍDA SEM FARINHA DE QUIBE (somente carne moída temperada e assada) • Salada de pepino japonês com tomate • Laranja fatiada
SEM 04		SEGUNDA-FEIRA DIA: 20/10	TERÇA-FEIRA DIA: 21/10	QUARTA-FEIRA DIA: 22/10	QUINTA FEIRA DIA: 23/10	SEXTA-FEIRA DIA:24/10
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão carioca • Arroz Branco • Carne moída refogada com cheiro verde e temperos • Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO CASEIRO COM DOCE DE FRUTAS • Chá de ervas • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN com carne em iscas ao molho • Salada de beterraba • Melancia 	<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"> • Arroz branco • Carne em cubos na pressão com temperos OU strogonoff fake • Batata rústica (s/ casca) assada • Salada de vagem e salada de cenoura • Laranja fatiada

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, 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