



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:04/2025 -(período de 24/11 a 16/12/2025) **CARDÁPIO APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA**

DIAS SEMANAS	SEGUNDA-FEIRA DIA: 24/11	TERÇA-FEIRA DIA: 25/11	QUARTA-FEIRA DIA: 26/11	QUINTA FEIRA DIA: 27/11	SEXTA-FEIRA DIA: 28/11
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00 - Macarrão parafuso ao sugo (molho de tomate) - Carne moída refogada com temperos e mix de legumes - Salada de alface	- CHÁ OU LEITE DE SOJA OU BEBIDA DE ARROZ - Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS - Banana	- Arroz carreteiro ou - Arroz branco - Carne em cubos ao molho com temperos - Salada de pepino japonês e tomate	- Torta salgada (frango ou carne moída e legumes) USAR LEITE DE SOJA OU DE ARROZ NA MASSA - Chá de erva doce - Maçã	- Feijoadinha saudável (feijão preto com carne suína e temperos) - Arroz branco - Salada de repolho com cenoura ralada - Laranja fatiada
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00 - Feijão preto - Arroz Branco - Farofa de legumes com carne moída e ovos - Salada de alface	- Polenta cremosa - Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos - Salada beterraba - Banana	- Feijão carioca - Arroz branco - Coxa e sobrecoxa de frango assada - Salada de tomate E brócolis - Laranja fatiada	- Biscoito salgado DE GERGELIM - CHÁ OU BEBIDA DE SOJA OU VITAMINA DE BEBIDA DE SOJA COM FRUTAS OU LEITE DE ARROZ BATIDO COM FRUTAS - Maçã	- Carne bovina em cubos ao molho com temperos - BATATAS AMASSADAS OU BATATAS PICADAS ASSADAS OU EM MOLHO - Salada de repolho com cenoura - Melancia
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00 - Macarronada caseira com peito de frango ao molho de tomate - Salada de alface	- BOLO FEITO COM BEBIDA DE ARROZ OU BEBIDA DE SOJA OU SUCO DE LARANJA (NÃO USAR LEITE DE VACA NEM MANTEIGA OU MARGARINA) - CHÁ OU BEBIDA DE SOJA OU VITAMINA DE BEBIDA DE SOJA COM FRUTAS OU LEITE DE ARROZ BATIDO COM FRUTAS - Banana	- Feijão preto - Arroz Branco - Quibe de forma assado ou bolo de carne (ou carne moída refogadinha) - Salada de pepino japonês com tomate - Laranja fatiada	- Sanduíche de carne moída (pão caseirinho e carne moída ao molho) - Chá mate natural ou chá de erva doce - Maçã	- Arroz branco - Coxa e sobrecoxa de frango ao molho - Mandioca cozida Ou - Arroz branco - Escondidinho de mandioca com recheio de frango NÃO COLOCAR LEITE OU MANTEIGA NO PURÊ - Salada de repolho e cenoura
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00 - Feijão carioca - Arroz Branco - Carne moída refogada com cheiro verde e temperos - Salada de repolho com tomate	- Polenta cremosa - Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos - Salada mista de repolho (verde e roxo)	- Arroz branco - Carne em cubos no molho com temperos OU stragounoff frito - Batata nativa (ou/ couco) assada - Salada de vagem e salada de cenoura - Laranja fatiada NÃO TEM AULA	- Coca caseira - Leite com café - Banana NÃO TEM AULA	- Macarrão espagete com carne em cubos ao molho - Salada de beterraba - Melancia NÃO TEM AULA

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