



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:05/2026 – Período de 04/02 a 06/03/2026)

CARDÁPIO INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA:02/02	TERÇA-FEIRA DIA: 03/02	QUARTA-FEIRA DIA: 04/02	QUINTA FEIRA DIA: 05/02	SEXTA-FEIRA DIA: 06/02
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	ESTUDO E PLANEJAMENTO	ESTUDO E PLANEJAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> Leite com café PÃO SEM GLÚTEN com margarina OU BISCOITO DE ARROZ OU BISCOITO DE POLVILHO Banana INÍCIO DAS AULAS	<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 	<ul style="list-style-type: none"> Torta salgada com frango ou carne moída e legumes FAZER A MASSA COM FARINHA SEM GLÚTEN Suco de uva integral sem açúcar Maçã
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 09/02	TERÇA-FEIRA DIA: 10/02	QUARTA-FEIRA DIA: 11/02	QUINTA FEIRA DIA: 12/02	SEXTA-FEIRA DIA: 13/02
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 e ovos Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos Salada beterraba Banana 	<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"> BISCOITO DE ARROZ OU BISCOITO 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 repolho com cenoura Melancia
SEM 03		SEGUNDA-FEIRA DIA: 16/02	TERÇA-FEIRA DIA: 17/02	QUARTA-FEIRA DIA: 18/02	QUINTA FEIRA DIA: 19/02	SEXTA-FEIRA DIA:20/02
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne moída (PÃO SEM GLÚTEN e carne moída ao molho) Chá mate natural ou chá de erva doce Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango ao molho Mandioca cozida Salada de repolho e cenoura
SEM 04		SEGUNDA-FEIRA DIA: 23/02	TERÇA-FEIRA DIA: 24/02	QUARTA-FEIRA DIA: 25/02	QUINTA FEIRA DIA: 26/02	SEXTA-FEIRA DIA:27/02
	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 	<ul style="list-style-type: none"> BOLO CASEIRO COM MISTURA SEM GLÚTEN Chá de erva 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Strogonoff fake (com iscas bovina) NÃO USAR FARINHA DE 	<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



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

		<ul style="list-style-type: none"> • Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana 	TRIGO PARA ENGROSSAR O MOLHO <ul style="list-style-type: none"> • Batata rústica (s/ casca) assada • Salada de vagem e salada de cenoura • Laranja fatiada 		<ul style="list-style-type: none"> • Salada mista de repolho (verde e roxo) • Maçã
SEM 05		SEGUNDA-FEIRA DIA: 02/03	TERÇA-FEIRA DIA: 03/03	QUARTA-FEIRA DIA: 04/03	QUINTA FEIRA DIA: 05/03	SEXTA-FEIRA DIA: 06/03
	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"> • PÃO SEM GLÚTEN COM DOCE DE FRUTAS OU MARGARINA OU BISCOITO DE ARROZ OU BISCOITO DE POLVILHO • Leite com café • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão preto • Arroz Branco • CARNE MOÍDA REFOGADA (NÃO OFERECER FARINHA DE QUIBE POIS CONTÉM GLÚTEN) • Salada de pepino japonês com tomate • Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco • Carne em cubos ao molho com temperos • Salada de repolho e tomate • Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco • Escondidinho de mandioca com recheio de frango • Salada de repolho e cenoura

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