



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: 07/2026 CARDÁPIO INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN Período de 06/04 à 01/05/2026

DIAS SEMANAS	SEGUNDA-FEIRA DIA: 06/04	TERÇA-FEIRA DIA: 07/04	QUARTA-FEIRA DIA: 08/04	QUINTA FEIRA DIA: 09/04	SEXTA-FEIRA DIA: 10/04
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 • 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 com frango ou carne moída e legumes USAR FARINHA SEM GLÚTEN NA MASSA • Suco de uva integral sem açúcar • 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: 13/04	TERÇA-FEIRA DIA: 14/04	QUARTA-FEIRA DIA: 15/04	QUINTA FEIRA DIA: 16/04	SEXTA-FEIRA DIA: 17/04
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
	SEGUNDA-FEIRA DIA: 20/04	TERÇA-FEIRA DIA: 21/04	QUARTA-FEIRA DIA: 22/04	QUINTA FEIRA DIA: 23/04	SEXTA-FEIRA DIA: 24/04
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	<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"> • Feijão preto • Arroz Branco • CARNE MOÍDA REFOGADINHA • Salada de pepino japonês com tomate • Laranja fatiada
	SEGUNDA-FEIRA DIA: 27/04	TERÇA-FEIRA DIA: 28/04	QUARTA-FEIRA DIA: 29/04	QUINTA FEIRA DIA: 30/04	SEXTA-FEIRA DIA: 01/05
SEM 04	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"> • Bolo caseiro (laranja) USAR FARINHA SEM GLÚTEN NA MASSA • Chá de erva • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco • Carne em cubos na pressão com temperos OU stroganoff fake • Batata rústica (s/ casca) assada • Salada de vagem e salada de cenoura • 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) • Maçã 	FERIADO

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