

**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ
FAIXA ETÁRIA: ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

ESCOLAS MUNICIPAIS

FAIXA ETÁRIA: ENSINO FUNDAMENTAL



FIXAR TODOS OS CARDÁPIOS EM LOCAL VISÍVEL PARA ALUNOS, PROFESSORES E COMUNIDADE ESCOLAR.

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: Responsável Técnica: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

Quadro Técnico: EMANOELI MORESCHI MOREIRA - CRN 8 5044



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)

Remessa 03- Período de 27 de setembro à 22 de outubro de 2021. (CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SE, E QUANDO AS NUTRICIONISTAS JULGAR NECESSÁRIO)

DIAS	SEMANAS	Segunda-feira 27/09	Terça-feira Dia: 28/09	Quarta-feira Dia: 29/09	Quinta-feira Dia: 30/09	Sexta-feira Dia: 01/10
	SEM 01 Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira à bolonhesa Salada mista de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Leite com café Pão caseiro com margarina 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro Salada de vagem e cenoura e couve flor Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo de fubá Chá de frutas (abacaxi ou maçã) Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela Salada de repolho com cenoura ralada
		Segunda-feira Dia: 04/10	Terça-feira Dia: 05/10	Quarta-feira Dia: 06/10	Quinta-feira Dia: 07/10- DIA DAS CRIANÇAS	Sexta-feira Dia: 08/10
	SEM 02 Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Polenta com carne moída ao molho Salada alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Risoto de frango com mix de legumes Salada de repolho 	<ul style="list-style-type: none"> Biscoito salgado integral Iogurte de frutas 1 banana 	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne Suco de uva integral ou polpa de frutas natural Maçã KIT DIA DAS CRIANÇAS 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Stroganoff bovino (sem creme de leite) ou carne com legumes Salada mista de chuchu e cenoura, e brócolis
		Segunda-feira Dia: 11/10	Terça-feira Dia: 12/10	Quarta-feira Dia: 13/10	Quinta-feira Dia: 14/10	Sexta-feira Dia: 15/10
	SEM 03 Lanche M: 9:00 T: 15:00	RECESSO	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz Carne bovina ao sugo Purê de batatas Salada de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne Suco de uva integral ou polpa de frutas natural Maçã 	FERIADO
		Segunda-feira Dia: 18/10	Terça-feira Dia: 19/10	Quarta-feira Dia: 20/10	Quinta-feira Dia: 21/10	Sexta-feira Dia: 22/10
	SEM 04 Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto, Arroz Carne moída refogada Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro c/margarina Suco natural de abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz colorido e Íscas de carne ao sugo c/mandioca Salada de repolho com abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> Bolacha caseira de açúcar mascavo Chá mate Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta com coxa/sobrecosta de frango em molho Salada de beterraba com cenoura

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Semana 01	326,3	48,6	16,7	8,5
Semana 02	308,6	49,6	12,1	7,1
Semana 03	304,1	43,8	14,3	7,9
Semana 04	308,9	50,7	11,9	7,0
Referências 20% das Necessidades diárias	329	45-53	8-12	9-13

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: Responsável Técnico (RT) SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e Quadro Técnico (QT): EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044