

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ  
INTOLERÂNCIA/ALERGIA AO GLÚTEN

ESCOLAS MUNICIPAIS  
INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN



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 INTOLERÂNCIA/ALERGIA AO GLÚTEN

**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 Dia: 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"><li>• <b>MACARRÃO DE ARROZ</b> a bolonhesa</li><li>• Salada mista de alface e tomate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leite com café</li><li>• <b>PÃO SEM GLÚTEN</b> com margarina</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Arroz carreteiro</li><li>• Salada de vagem e cenoura e couve flor</li><li>• Laranja fatiada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>BOLO SEM GLUTEN</b></li><li>• Chá de frutas (abacaxi ou maçã)</li><li>• Banana</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Feijão preto</li><li>• Arroz branco</li><li>• Carne suína de panela</li><li>• Salada de repolho com cenoura ralada</li></ul>
		<b>Segunda-feira</b> Dia: 04/10	<b>Terça-feira</b> Dia: 05/10	<b>Quarta-feira</b> Dia: 06/10	<b>Quinta-feira</b> Dia: 07/10- <b>DIA DAS CRIANÇAS</b>	<b>Sexta-feira</b> Dia: 08/10
	SEM 02 Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Polenta com carne moída ao molho</li><li>• Salada alface com tomate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Risoto de frango com mix de legumes</li><li>• Salada de repolho</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>BISCOITO COOKIES JASMINE (SEM GLÚTEN)</b></li><li>• Iogurte de frutas</li><li>• 1 banana</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>PÃO SEM GLUTEN C/ CARNE</b></li><li>• Suco de uva integral ou polpa de frutas natural</li><li>• Maçã</li><li>• <b>KIT DIA DAS CRIANÇAS</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Arroz branco</li><li>• carne com legumes</li><li>• Salada mista de chuchu e cenoura, e brócolis</li></ul>
		<b>Segunda-feira</b> Dia: 11/10	<b>Terça-feira</b> Dia: 12/10	<b>Quarta-feira</b> Dia: 13/10	<b>Quinta-feira</b> Dia: 14/10	<b>Sexta-feira</b> Dia: 15/10
	SEM 03 Lanche M: 9:00 T: 15:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Feijão carioca</li><li>• Arroz</li><li>• Carne bovina ao sugo</li><li>• Purê de batata</li><li>• Salada de alface e tomate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>PÃO SEM GLUTEN COM CARNE</b></li><li>• Suco de uva integral ou polpa de frutas natural</li><li>• Maçã</li></ul>	<b>FERIADO</b>
		<b>Segunda-feira</b> Dia: 18/10	<b>Terça-feira</b> Dia: 19/10	<b>Quarta-feira</b> Dia: 20/10	<b>Quinta-feira</b> Dia: 21/10	<b>Sexta-feira</b> Dia: 22/10
	SEM 04 Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Feijão preto, Arroz</li><li>• Carne moída refogada</li><li>• Salada de alface com tomate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>PÃO SEM GLÚTEN</b> c/margarina</li><li>• Suco natural de abacaxi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Arroz colorido e</li><li>• Íscas de carne ao sugo c/mandioca</li><li>• Salada de repolho com abacaxi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>BISCOITO COOKIES JASMINE (SEM GLUTEN)</b></li><li>• Chá mate</li><li>• Banana</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Polenta com coxa/sobrecosta de frango em molho</li><li>• Salada de beterraba com cenoura</li></ul>

### Na escola:

**INGREDIENTES QUE CONTÉM GLÚTEN:** biscoitos, farinha de trigo, macarrão, pães, cuca, bolacha caseira, bolo (SEMPRE SUBSTITUIR POR SEM GLÚTEN, CONFORME INDICADO NO CARDÁPIO)

**INGREDIENTES QUE NÃO CONTÉM GLÚTEN:** farinha de mandioca, biju, fubá, arroz, suco de uva, margarina, colorau, feijão, amido de milho, macarrão, leite, óleo, vinagre, açúcar, chá, café.

Na dúvida, sempre consulte o RÓTULO, ou pergunte para a nutricionista!!!

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