



**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

**Remessa 07- 14 de MARÇO a 08 de ABRIL de 2022**

**CARDÁPIO PARA INTOLERÂNTES AO GLUTEN**

DIAS SEMANAS		Segunda-feira Dia: 14/03	Terça-feira Dia: 15/03	Quarta-feira Dia: 16/03	Quinta-feira Dia: 17/03	Sexta-feira Dia: 18/03
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRÃO DE ARROZ</li> <li>Salada mista de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite com café</li> <li>PÃO SEM GLUTEN com margarina</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz carreteiro</li> <li>Salada de vagem, cenoura e brócolis</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PÃO SEM GLÚTEN com carne (SANDUICHE)</li> <li>Suco de uva integral sem açúcar</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto , arroz,</li> <li>Carne suína de panela</li> <li>Salada de repolho com cenoura ralada</li> </ul>
		Segunda-feira Dia: 21/03	Terça-feira Dia: 22/03	Quarta-feira Dia: 23/03	Quinta-feira Dia: 24/03	Sexta-feira Dia: 25/03
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>Caboitá refogada</li> <li>Salada de repolho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>Arroz</li> <li>Farofa de legumes c/ carne moída</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>BISCOITO DE ARROZ</li> <li>Iogurte de frutas</li> <li>1 maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Isclas de carne bovina ao sugo ou Strogonoff de carne bovina (sem creme de leite)</li> <li>Salada de chuchu com cenoura</li> </ul>
		Segunda-feira Dia: 28/03	Terça-feira Dia: 29/03	Quarta-feira Dia: 30/03	Quinta-feira Dia: 31/03	Sexta-feira Dia: 01/04
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRÃO DE ARROZ ao molho de peito de frango picadinho</li> <li>Salada de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>BOLO ZERO GLUTEN</li> <li>Leite com café</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Arroz</li> <li>Carne bovina cubos</li> <li>Purê de batatas</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PÃO SEM GLÚTEN com carne (SANDUICHE)</li> <li>Chá mate natural</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risoto de frango</li> <li>Salada de repolho e cenoura</li> </ul>
		Segunda-feira Dia: 04/04	Terça-feira Dia: 05/04	Quarta-feira Dia: 06/04	Quinta-feira Dia: 07/04	Sexta-feira Dia: 08/04
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>Arroz</li> <li>Carne moída refogada com cheiro verde</li> <li>Salada de alface com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PÃO SEM GLUTEN com 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</li> <li>Abacaxi em pedaço</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>BISCOITO DE ARROZ</li> <li>Chá mate</li> <li>maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta com coxa/sobrecosta de frango em molho</li> <li>Salada de beterraba com cenoura e brócolis</li> </ul>