



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

Faixa etária: 12 a 48 meses REMESSA **07** – PERÍODO DE 14/03 à 08/04/2022

HORÁRIOS		SEGUNDA 14/03	TERÇA 15/03	QUARTA 16/03	QUINTA 17/03	SEXTA 18/03
SEMANA 1	DESJEJUM (8:00)	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Bolo sem açúcar e SEM LEITE (receitas) 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de ervas • Sanduíche de pão 	<ul style="list-style-type: none"> • Suco de uva integral • Pão de polvilho (polvilho, leite, ovos, , óleo) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro
	ALMOÇO (10:45)	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão carioca • Picadinho de carne bovina • Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE • Salada repolho com tomate • Fruta: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta • Coxa de frango picado ao molho de tomate • Refogado de couve • Saladas de alface e tomate • Fruta: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Farofa de biju com carne moída e legumes • Salada de cenoura e brócolis • Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Lentilha • Panqueca (USAR LEITE ZERO LACTOSE) colorida (colocar cenoura na massa) de carne moída • Saladas de beterraba e couve flor. • Fruta: melancia 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Coxa/sobrecoxa de frango assada • Refogado de: cabotiá . • Frutas: abacaxi e melão picados
	LANCHE (14:00)	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Banana Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Mamão Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de frutas (banana, mamão, maçã e pera) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Mamão Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Maçã Ou vitamina de leite c/ fruta
	JANTAR (16:00)	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão carioca • Picadinho de carne bovina • Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE • Salada repolho com tomate . • Fruta: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta • Coxa de frango picado ao molho de tomate • Refogado de couve • Saladas de alface e tomate • Fruta: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto de frango • Refogado de abobrinha com cenoura. • Salada de repolho • Frutas: manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Lentilha • Panqueca (USAR LEITE ZERO LACTOSE) colorida (colocar cenoura na massa) de carne moída • Saladas de beterraba e couve flor. • Fruta: melancia 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Coxa/sobrecoxa de frango assada • Refogado de: cabotiá . • Frutas: abacaxi e melão picados



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

HORÁRIOS		SEGUNDA 21/03	TERÇA 22/03	QUARTA 23/03	QUINTA 24/03	SEXTA 25/03
SEMANA 2	DESJEJUM (8:00)	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de ervas • Torta salgada de frango com legumes (MASSA SEM LEITE OU COM LEITE ZERO LACTOSE) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Sanduíche de pão caseirinho 	<ul style="list-style-type: none"> • Suco de laranja • Bolo sem açúcar E SEM LEITE (receita) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro com geleia de uva sem açúcar
	ALMOÇO (10:45)	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Carne bovina em cubos com legumes • Saladas: repolho e cenoura. • Frutas: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta • Carne moída ao molho • Couve refogada • Saladas: alface e tomate. • Frutas: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • carne suína picadinha. • Salada de beterraba e chuchu • Fruta: manga picada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho • Couve flor e tomate • Fruta: maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão carioca • Íscas bovinas ao molho de tomate • BATATA • Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface) • Fruta: abacaxi
	LANCHE (14:00)	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Banana Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pêra Ou vitamina do leite c/ maçã	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de frutas (3 frutas variadas) Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Mamão Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Maçã Ou vitamina
	JANTAR (16:00)	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro com milho e ervilha • Saladas: repolho e cenoura. • Fruta: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta • Carne moída ao molho • Couve refogada • Saladas: alface e tomate. • Frutas: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto, • carne suína picadinha. • Salada de beterraba e chuchu • Fruta: manga picada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho • Couve flor e tomate • Fruta: maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Torta salgada (COM LEITE ZERO LACTOSE) c/ carne e legumes • Suco de fruta natural (laranja abacaxi ou manga)



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

HORÁRIOS		SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04
SEMANA 3	DESJEJUM (8:00)	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro com nata 	<ul style="list-style-type: none"> • Suco de uva integral • Mini pizza de frango • (MASSA SEM LEITE OU COM LEITE ZERO LACTOSE) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Sanduíche de pão caseirinho com queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • Cha de ervas • Pão de queijo (polvilho, leite, ovos, queijo) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro com nata
	ALMOÇO (10:45)	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão carioca • Picadinho de carne bovina • Batata soute • Salada repolho com tomate • Fruta: laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta com carne moída • Refogado de couve • Saladas de alface e tomate • Fruta: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Coxa/sobrecoxa assada ou ao molho • Refogado de abobrinha com cenoura • Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Lentilha • Macarrão gravatinha com molho de frango • Saladas de beterraba e couve flor. • Fruta: maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Escondidinho de mandioca com carne moída • Salada colorida. • Fruta: abacaxi
	LANCHE (14:00)	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Banana Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de ervas (cidreira, camomila) ou suco natural • Mini pizza de frango 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de frutas (3 frutas variadas) Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Mamão Ou vitamina do leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Maçã Ou vitamina
	JANTAR (16:00)	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão carioca • Picadinho de carne bovina • Batata soute • Salada mista. • Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta com carne moída • Refogado de couve • Saladas de alface e tomate • Fruta: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto de frango • Refogadinho de abobrinha com milho, ervilhas e cenoura. • Salada de repolho • Fruta: laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Lentilha • Macarrão gravatinha com molho de frango • Saladas de beterraba e couve flor. • Fruta: maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Escondidinho de mandioca com carne moída • Salada colorida. • Fruta: abacaxi



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

HORÁRIOS		SEGUNDA 04/04	TERÇA 05/04	QUARTA 06/04	QUINTA 07/04	SEXTA 08/04
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • Suco natural de fruta • Bolo de banana com uva passas sem açúcar (COM LEITE ZERO LACTOSE) 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de ervas • Sanduíche de pão caseirinho com omelete 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão de POLVILHO caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pão caseiro com queijo
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Carne bovina em cubos com legumes • Saladas: repolho e cenoura. • Fruta: laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta • Coxa/sobrecostas de frango picado ao molho de tomate • Couve refogada • Saladas: alface e tomate. • Fruta: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Carne suína de panela • Salada de beterraba e chuchu • Fruta: manga fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz de forno com carne moída • Feijão preto • Couve flor e tomate • Fruta: maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão carioca • Íscas bovinas • Batata. • Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, beterraba) • Fruta: abacaxi
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Pêra 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de frutas (3 frutas variadas) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Mamão 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • Maçã
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro com milho e ervilha • Saladas: repolho e cenoura. • Fruta: abacaxi e manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta com frango ao molho • Picadinho de legumes. • Saladas: alface e tomate. • Fruta: banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto, • Carne suína de panela • Salada de beterraba e chuchu • Fruta: laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz de forno cremoso (receita) • carne moída • Feijão preto • Couve flor e tomate • Fruta: maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Torta salgada (COM LEITE ZERO LACTOSE) c/ carne e legumes • Suco de fruta natural (laranja abacaxi ou manga)