



**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 09- DE 09 de MAIO a 03 DE JUNHO de 2022- INTELOLERANTES A LACTOSE**

| DIAS | SEMANAS                                 | Segunda-feira<br>Dia: 09/05                                                                                                                   | Terça-feira<br>Dia: 10/05                                                                                                                  | Quarta-feira<br>Dia: 11/05                                                                                                                                                                                     | Quinta-feira<br>Dia: 12/05                                                                                                     | Sexta-feira<br>Dia: 13/05 FERIADO                                                                                                                    |
|------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | SEM 01<br>Lanche M:<br>9:00<br>T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Macarronada caseira à bolonhesa</li> <li>Salada mista de alface e tomate</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE com café</li> <li>Pão caseiro com CREME VEGATAL BECEL</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz carreteiro</li> <li>Salada de vagem e cenoura</li> </ul> (ou sopa de carne com arroz e legumes) <ul style="list-style-type: none"> <li>Laranja fatiada</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne</li> <li>Suco de uva integral sem açúcar</li> <li>Banana</li> </ul>  | <b>FERIADO</b>                                                                                                                                       |
|      |                                         | Segunda-feira<br>Dia: 16/05                                                                                                                   | Terça-feira<br>Dia: 17/05                                                                                                                  | Quarta-feira<br>Dia: 18/05                                                                                                                                                                                     | Quinta-feira<br>Dia: 19/05                                                                                                     | Sexta-feira<br>Dia: 20/05                                                                                                                            |
|      | SEM 02<br>Lanche M:<br>9:00<br>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>Cabotia refogada</li> <li>Salada de repolho</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>Arroz</li> <li>Farofa de couve com mix de legumes e carne moída</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>Biscoito salgado de gergelim</li> <li>Iogurte ZERO LACTOSE</li> <li>1 maçã</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Cubos bovinos ao sugo e mix de legumes</li> <li>Salada de chuchu com cenoura</li> </ul> |
|      |                                         | Segunda-feira<br>Dia: 23/05                                                                                                                   | Terça-feira<br>Dia: 24/05                                                                                                                  | Quarta-feira<br>Dia: 25/05                                                                                                                                                                                     | Quinta-feira<br>Dia: 26/05                                                                                                     | Sexta-feira<br>Dia: 27/05                                                                                                                            |
|      | SEM 03<br>Lanche M:<br>9:00<br>T: 15:00 | <ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão espaguete ao molho de peito de frango picadinho</li> <li>Salada de alface e tomate</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo (de fubá ou cenoura ou laranja)</li> <li>Café com Leite ZERO LACTOSE</li> </ul>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão</li> <li>Arroz</li> <li>Carne bovina cubos</li> <li>Purê de batatas (FEITO COM LEITE ZERO LACTOSE)</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne moída 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 e brócolis</li> </ul>                                   |
|      |                                         | Segunda-feira<br>Dia: 30/05                                                                                                                   | Terça-feira<br>Dia: 31/05                                                                                                                  | Quarta-feira<br>Dia: 01/06                                                                                                                                                                                     | Quinta-feira<br>Dia: 02/06                                                                                                     | Sexta-feira<br>Dia: 03/06                                                                                                                            |
|      | SEM 04<br>Lanche M:<br>9:00<br>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>Pão caseiro com CREME VEGETAL BECEL</li> <li>Chá mate</li> <li>Banana</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> </ul>                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>BISCOITO COKIES JASMINE OU BISCOITO DE ARROZ</li> <li>Chá mate</li> <li>Maçã</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta com coxa/sobrecoxa de frango em molho</li> <li>salada de beterraba com cenoura</li> </ul>             |

*Cardápio sujeito a alterações, se as nutricionistas julgar necessário.*