



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 11 – PERÍODO DE 04/07 à 29/07/2022 **SENDO FÉRIAS ESCOLARES DE 11/07 A 22/07/2022**

ALERGIA A OVOS

| HORÁRIOS | | SEGUNDA 04/07 | TERÇA 05/07 | QUARTA 06/07 | QUINTA 07/07 | SEXTA 08/07 |
|-----------------|----------------------------|---|--|--|---|--|
| SEMANA 1 | DESJEJUM (8:00) | <ul style="list-style-type: none"> Leite Pão caseiro com nata | <ul style="list-style-type: none"> Chá de camomila Bolo sem açúcar (receitas) | <ul style="list-style-type: none"> Chá de erva doce Sanduíche de pão caseirinho com queijo | <ul style="list-style-type: none"> Leite Pão de queijo (polvilho, leite, queijo, óleo) SEM OVOS | <ul style="list-style-type: none"> Leite Pão caseiro geleia de morango sem açúcar |
| | ALMOÇO (10:45) | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão carioca Picadinho de carne bovina Purê de batatas 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 colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) sem ovos. Saladas de couve flor. Fruta: melão | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Refogado de: repolho Frutas: abacaxi e melão picados |
| | LANCHE (14:00) | <ul style="list-style-type: none"> Leite Banana Ou vitamina de leite c/ fruta | <ul style="list-style-type: none"> Leite 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 Mamão Ou vitamina de leite c/ fruta | <ul style="list-style-type: none"> Leite 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 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"> Sopa de arroz com frango e legumes Frutas: manga | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Lentilha Panqueca colorida com carne moída (colocar cenoura na massa) SEM OVOS NA MASSA. Saladas de couve flor. Fruta: melão | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Refogado de repolho 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 25/07 | TERÇA 26/07 | QUARTA 27/07 | QUINTA 28/07 | SEXTA 29/07 |
|-----------------|----------------------------|---|---|--|--|--|
| SEMANA 2 | DESJEJUM (8:00) | <ul style="list-style-type: none"> Leite Pão caseiro com nata | <ul style="list-style-type: none"> Chá de camomila Torta salgada de frango com legumes | <ul style="list-style-type: none"> Chá de erva Sanduíche de pão caseirinho com queijo | <ul style="list-style-type: none"> Leite Bolo sem açúcar (receita) | <ul style="list-style-type: none"> Leite 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 com morango | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto carne suína picadinha. Salada mista Fruta: manga picada | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Macarronada parafuso 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 Purê de batata. Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface) Fruta: abacaxi |
| | LANCHE (14:00) | <ul style="list-style-type: none"> Leite Banana Ou vitamina do leite c/ fruta | <ul style="list-style-type: none"> Leite 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 Mamão Ou vitamina do leite c/ fruta | <ul style="list-style-type: none"> Leite 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 com morango | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto, carne suína picadinha. Salada mista Fruta: manga picada | <ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Macarronada parafuso com peito de frango picado ao molho Couve flor e tomate Fruta: maçã | <ul style="list-style-type: none"> Torta salgada c/ carne e legumes Suco de fruta natural (laranja abacaxi ou manga) |

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