



**CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ  
FAIXA ETÁRIA: 12 A 48 MESES (BERÇÁRIO II, METERNAL I e MATERNAL II)**

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

## **CMEIS MUNICIPAIS**

### **CARDÁPIO FAIXA ETÁRIA: 12 A 48 MESES**



#### **INTOLERANCIA A LACTOSE**

**FIXAR TODOS OS CARDÁPIOS EM LOCAL VISÍVEL PARA ALUNOS, PROFESSORES E COMUNIDADE ESCOLAR. DISPONÍVEL TAMBÉM NO PORTAL DA TRANSPARÊNCIA DO MUNICÍPIO**

**OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, se e quando houver necessidade.**

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



**CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: 12 A 48 MESES (BERÇÁRIO II, METERNAL I e MATERNAL II)**

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

**REMESSA 01 – PERÍODO DE 01/08 à 26/08/2022 - LICITAÇÃO -2022/2023 INTOLERÂNCIA A LACTOSE**

HORÁRIOS	SEGUNDA 01/08	TERÇA 02/08	QUARTA 03/08	QUINTA 04/08	SEXTA 05/08	
<b>SEMANA 1</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Cookies integral de banana e uva passas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas</li> <li>Sanduíche (pão caseirinho) com ovo mexido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de uva integral ( verão) ou chá de ervas) no inverno</li> <li>Torta salgada de frango com legumes USAR LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com doce de mamão</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Salada repolho com cenoura ralada</li> <li><b>Fruta:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Refogado de couve</li> <li>Saladas de alface e tomate</li> <li><b>Fruta: banana</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Farofa de biju com carne moída e legumes</li> <li>Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> <li><b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Lentilha</li> <li>Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) E USAR LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente)</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>Salada colorida</li> <li>Refogado de: cabotiá .</li> <li><b>Fruta:</b> melancia</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Banana</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Mamão</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pêra</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salada de frutas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Salada repolho com cenoura ralada</li> <li><b>Fruta:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Refogado de couve</li> <li>Saladas de alface e tomate</li> <li>Fruta: banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Torta salgada de frango com legumes E LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> <li>Suco de manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Lentilha</li> <li>Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente)</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>Salada colorida</li> <li>Refogado de: cabotiá .</li> <li><b>Fruta:</b> melancia</li> </ul>

Cabotiá, brócolis, abobrinha, batata doce, ora-pro-nobis, espinafre, e outros legumes incluir na composição dos cardápios.

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança.



**CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: 12 A 48 MESES (BERÇÁRIO II, METERNAL I e MATERNAL II)**

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08
<b>SEMANA 2</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Bolo de cacau com uva passas LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas</li> <li>Pão caseirinho com frango TEMPERADO COM CENOURA E CHEIRO VERDE e alface</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de laranja natural (verão)</li> <li>Chá de ervas (inverno)</li> <li>Pão de queijo COM LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com geléia de uva sem açúcar</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne bovina (cubos) de panela</li> <li>Batata doce fatiada assada com temperos</li> <li>Saladas: repolho e cenoura ralados</li> <li><b>Frutas:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Carne suína refogada</li> <li>Couve refogada</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> <li><b>Frutas:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne moída refogada com temperos</li> <li>Salada de beterraba e chuchu (temperar separadamente)</li> <li><b>Fruta:</b> manga picada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho</li> <li>Brócolis e cenoura cozidos</li> <li><b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Coxa e sobrecoxa assada</li> <li>Refogado de abobrinha</li> <li>Salada colorida</li> <li><b>Fruta:</b> melão</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Banana</li> </ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Mamão</li> </ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Maçã</li> </ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salada de frutas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne bovina (cubos) de panela</li> <li>Batata doce fatiada assada com temperos</li> <li>Saladas: repolho e cenoura ralados</li> <li><b>Frutas:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Carne suína refogada</li> <li>Couve refogada</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> <li><b>Frutas:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Torta salgada de carne moída e legumes COM LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> <li>Suco de uva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho</li> <li>Couve flor e tomate</li> <li><b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Coxa e sobrecoxa assada</li> <li>Salada colorida</li> <li><b>Fruta:</b> melão</li> </ul>

Cabotiá, brócolis, abobrinha, batata doce, ora-pro-nobis, espinafre, e outros legumes incluir na composição dos cardápios.

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança



**CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: 12 A 48 MESES (BERÇÁRIO II, METERNAL I e MATERNAL II)**

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 15/08	TERÇA 16/08	QUARTA 17/08	QUINTA 18/08	SEXTA 19/08
<b>SEMANA 3</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Falso iogurte de morango USAR LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA PARA ESTA RECEITA</li> <li>Waffer de banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas</li> <li>Sanduíche de pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de fruta natural (verão)</li> <li>Cha de ervas(inverno)</li> <li>Mini pizza SEM LEITE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com doce de mamão</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Purê de batata LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> <li>Salada repolho com tomate</li> <li><b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta com carne moída</li> <li>Refogado de couve</li> <li>Saladas de alface e tomate</li> <li><b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão</li> <li>Escondidinho de mandioca com carne moída LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> <li>Salada colorida.</li> <li><b>Fruta:</b> morango e mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Lentilha</li> <li>Macarrão gravatinha com molho de frango</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor.</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa assada</li> <li>Refogado de cabotiá</li> <li><b>Fruta:</b> melancia</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b> Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Banana Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Falso iogurte de morango USAR LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Ou leite + morango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pêra Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salada de frutas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Purê de batata LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA NA MASSA</li> <li>Salada repolho com tomate</li> <li><b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta com carne moída</li> <li>Refogado de couve</li> <li>Saladas de alface e tomate</li> <li><b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mini pizza SEM LEITE NA MASSA</li> <li>Suco de fruta natural (verão)</li> <li>Cha de ervas(inverno)</li> <li><b>Fruta:</b> mamão e morango</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Lentilha</li> <li>Macarrão gravatinha com molho de frango</li> <li>Saladas de beterraba e couve flor.</li> <li><b>Fruta:</b> abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa assada</li> <li>Refogado de abobrinha com cenoura</li> <li><b>Fruta:</b> melancia</li> </ul>



**CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ**  
**FAIXA ETÁRIA: 12 A 48 MESES (BERÇÁRIO II, METERNAL I e MATERNAL II)**

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 22/08	TERÇA 23/08	QUARTA 24/08	QUINTA 25/08	SEXTA 26/08
<b>SEMANA 4</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Bolo de banana sem açúcar COM LEITE ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas</li> <li>Omelete fantasia</li> <li>Fatias de pão caseirinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco nutritivo (cenoura e laranja)-verão ou chá de ervas (inverno)</li> <li>Crepioca SEM QUEIJO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pão caseiro com doce de uva</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Batata soute</li> <li>Salada repolho com tomate</li> <li><b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Couve refogada</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> <li><b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne suína de panela</li> <li>Salada de beterraba e chuchu</li> <li><b>Fruta:</b> manga fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz de forno com carne moída</li> <li>Feijão preto</li> <li>Couve flor e tomate</li> <li><b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa assada</li> <li>Refogado de abobrinha</li> <li>Salada colorida</li> <li><b>Fruta:</b> melão</li> </ul>
	<b>LANCHE (14:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Banana</li> </ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>MAÇÃ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Pêra</li> </ul> Ou vitamina de leite c/ fruta	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite ZERO LACTOSE OU DE SOJA</li> <li>Mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salada de frutas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Picadinho de carne bovina</li> <li>Batata soute</li> <li>Salada repolho com tomate</li> <li><b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta com frango ao molho</li> <li>Picadinho de legumes.</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> <li><b>Fruta:</b> banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas</li> <li>Omelete fantasia</li> <li>Fatia de pão caseirinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz de forno com carne moída</li> <li>Feijão preto</li> <li>Couve flor e tomate</li> <li><b>Fruta:</b> maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Coxa/sobrecoxa assada</li> <li>Refogado de abobrinha com cenoura</li> <li><b>Fruta:</b> melão</li> </ul>