



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

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL 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: 1 A 4 ANOS



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: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

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

REMESSA 03 – PERÍODO DE 26/09 à 21/10/2022 - LICITAÇÃO -2022/2023

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

HORÁRIOS		SEGUNDA 26/09	TERÇA 27/09	QUARTA 28/09	QUINTA 29/09	SEXTA 30/09
SEMANA 1	DESJEJUM (8:00)	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com doce de frutas 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Abacate 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseirinho com doce de frutas 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce, cidreira) Omelete fantasia (ovos, cenoura, pimentão, brócolis, tomate, cheiro verde). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Mamão
	ALMOÇO (10:45)	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina refogada com temperos. Purê de batatas com leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Salada repolho com cenoura ralada Fruta: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Escondidinho de mandioca com carne moída Salada colorida (tomate, repolho, cenoura e alface). Pera ou maçã. 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) usar leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA na massa Saladas de beterraba, couve flor e chuchu cozidos (temperar a beterraba separadamente) Fruta: abacaxi picadinho ou fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface). Refogado de: cabotiá .
	LANCHE (14:00)	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Melão 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Pêra ou maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Salada de frutas ou frutas picadas (3 opções diferentes) Ou vitamina de frutas com leite 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Mamão
	JANTAR (16:00)	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina refogada com temperos Purê de batatas com leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Salada repolho com cenoura ralada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Escondidinho de mandioca com carne moída Salada colorida (tomate, repolho, cenoura e alface). 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) usar leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA na massa Saladas de beterraba, couve flor e chuchu cozidos (tempera a beterraba separadamente). Fruta: abacaxi picadinho ou fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e chiro verde. Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce, cidreira).



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

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 03/10	TERÇA 04/10	QUARTA 05/10	QUINTA 06/10	SEXTA 07/10
SEMANA 2	DESJEJUM (8:00)	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce, cidreira). Pão caseiro com doce de frutas sem açúcar (uva ou mamão com laranja). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira, erva doce) Pão caseirinho com doce de frutas 	<ul style="list-style-type: none"> Leite zero lactose ou de soja.) Mamão e melão 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Frutas picadas (3 opções).
	ALMOÇO (10:45)	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne bovina (cubos) de panela refogada com legumes Batata doce fatiada assada com temperos Saladas: repolho e cenoura ralados e beterraba cozida Frutas: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta ou quirerinha Carne suína refogadinha com temperos Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura, brócolis e chuchu cozidos Fruta: manga) 	<ul style="list-style-type: none"> Mini pizza SEM LEITE de legumes ou carne (moída ou frango) SEM QUEIJO, orégano (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE). Cupcake de cacau com banana e uva passas,, sem açúcar SEM LEITE NA MASSA E LEITE ZERO LACTOSE NA COBERTURA). Melancia no palito de picolé Mesa de frutas ou salada de frutas Suco de frutas natural sem açúcar ou suco de uva integral sem açúcar. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assada Salada colorida (alface, tomate, cenoura, repolho)
	LANCHE (14:00)	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Pêra 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Banana ou vitamina de leite com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Manga e melão 	<ul style="list-style-type: none"> Mamão ou vitamina de leite com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de frutas ou frutas picadas (3 frutas variadas)
	JANTAR (16:00)	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne bovina (cubos) de panela refogada com temperos Batata doce fatiada assada com temperos Saladas: repolho e cenoura ralados e beterraba cozida 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta ou quirerinha Carne suína refogadinha com temperos Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura, brócolis e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Mini pizza SEM LEITE de legumes ou carne (moída ou frango) SEM QUEIJO, orégano (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE). Cupcake de cacau com banana e uva passas,, sem açúcar SEM LEITE NA MASSA E LEITE ZERO LACTOSE NA COBERTURA). Melancia no palito de picolé Mesa de frutas ou salada de frutas Suco de frutas natural sem açúcar ou suco de uva integral sem açúcar. 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro com ovos mexidos Suco de laranja sem açúcar Salada colorida bem picadinha para colocar no meio do pão junto com os ovos (alface, cenoura ralada, tomate).



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ
FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 10/10	TERÇA 11/10	QUARTA 12/10	QUINTA 13/10	SEXTA 14/10
SEMANA 3	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira, erva doce) Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Banana 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão de queijo com leite ZERO LACTOSE 	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Purê de batata FAZER COM LEITE ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Salada repolho ralado cru e beterraba cozida Fruta: laranja em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate com milho, ervilha e temperos. Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate. Salada de brócolis, cenoura e chuchu cozidos. Fruta: melancia 	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Maçã Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> LEITE ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Banana ou vitamina de leite com frutas 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Melancia 	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos. Refogado de couve Saladas de repolho e tomate 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate. Salada de brócolis, cenoura e chuchu cozidos. 	ESTUDO E PLANEJAMENTO



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ
FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

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

HORÁRIOS		SEGUNDA 17/10	TERÇA 18/10	QUARTA 19/10	QUINTA 20/10	SEXTA 21/10
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce, cidreira) Ovos mexidos Pão caseirinho (fatias) 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo de cacau sem açúcar com aveia, banana e uvas passas (sem leite). Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira, erva doce) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Mamão
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Salada repolho com cenoura Fruta: laranja em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa/sobrecostas de frango picado ao molho de tomate Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne suína de panela picadinha refogada com temperos Salada de beterraba e chuchu Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Batata souté Arroz Coxa e sobrecoxa assada Refogado de abobrinha com cenoura Outra salada disponível Abacaxi em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz de forno com carne moída e legumes Feijão preto Salada de couve flor e tomate
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Manga fatiada Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Banana ou vitamina de leite com frutas 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Bolo de cacau sem açúcar com aveia, banana e uvas passas (sem leite) 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de frutas ou frutas picadas (oferecer 3 opções diferentes) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE OU LEITE DE SOJA Mamão
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos com temperos Salada repolho com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Frango ao molho de tomate Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne suína de panela refogada com temperos Salada de beterraba com chuchu laranja em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Batata souté Arroz Coxa e sobrecoxa assada Refogado de abobrinha com cenoura Outra salada disponível Abacaxi em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Torta salgada de carne moída e legumes LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce, cidreira).

Cabotiá, brócolis, abobrinha 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

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, se e quando houver necessidade. Frutas e hortaliças poderão ter inversão de dia ofertado devido a ponto de maturação, mas terão a oferta na semana.

Emanali M. Moreira Simone R. B. Brandini