



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 08 – PERÍODO DE 10 DE ABRIL à 12 DE MAIO DE 2023 - CARDÁPIO INTOLERÂNCIA A LACTOSE

HORÁRIOS		SEGUNDA 10/04	TERÇA 11/04	QUARTA 12/04	QUINTA 13/04	SEXTA 14/04
SEMANA 1	DESJEJU M (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão de queijo (USAR LEITE ZERO LACTOSE NA MASSA E NÃO ADICIONAR QUEIJO) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Mamão e banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce). Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
	ALMOÇO (10:45] Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Carne bovina picada em cubos refogada com temperos Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE E SEM QUEIJO 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 Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura e chuchu cozidos Fruta: manga e pera 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa USAR LEITE ZERO LACTOSE). Saladas de beterraba e couve flor Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface) Refogado de cabotiá . salada de frutas
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Manga e Pêra Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Mamão e banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Salada de frutas Ou vitamina de leite c/ fruta
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Carne bovina picada em cubos refogada com temperos Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE E SEM QUEIJO 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 Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E USAR LEITE ZERO LACTOSE) Saladas de beterraba e couve flor Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro Carne moída ao molho de tomate com temperos e cheiro verde. Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou 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 17/04	TERÇA 18/04	QUARTA 19/04	QUINTA 20/04	SEXTA 21/04
SEMANA 2	DESJEJU M (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Crepioça (ovos, farinha de tapioca e sal) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana e pêra 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). Sanduíche de pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com doce de frutas sem açúcar (uva ou laranja com mamão) 	FERIADO
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne bovina em cubos de panela com legumes Batata doce fatiada assada com temperos Saladas: repolho e cenoura ralados Frutas: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta ou Quirerinha Carne suína refogada com temperos Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne moída refogada com cheiro verde Salada de cenoura e chuchu cozidos Fruta: manga e melão 	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate Salada de brócolis e cenoura cozidos Fruta: melancia 	FERIADO
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana e pera 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Manga e melão Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Melancia 	FERIADO
	JANTAR (16:0) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne bovina (cubos) de panela 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 refogada Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne moída refogada com cheiro verde Salada de cenoura e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate Salada de brócolis e cenoura cozidos 	FERIADO



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 24/04	TERÇA 25/04	QUARTA 26/04	QUINTA 27/04	SEXTA 28/04
SEMANA 3	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) SEM queijo e orégano (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite ZERO LACTOSE Mamão(ou outra fruta conforme disponibilidade)
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE E SEM QUEIJO Salada repolho com tomate Fruta: laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha. 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 (repolho, tomate, cenoura e alface). Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Macarrão gravatinha com molho de frango Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente). Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Refogado de abobrinha com cenoura
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana e maçã Ou vitamina de frutas com leite 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Manga Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Melão e abacaxi (pedaços) 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de frutas ou Mamão
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Picadinho de carne bovina refogada com temperos Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE E SEM QUEIJO Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha 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 (repolho, tomate, cenoura e alface). 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Macarrão gravatinha com molho de frango Saladas de beterraba e couve flor (temperar separadamente). 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de uva integral sem açúcar Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) SEM queijo e orégano (massa caseira sem açúcar).



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 01/05	TERÇA 02/05	QUARTA 03/05	QUINTA 04/05	SEXTA 05/05
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). • Pão de queijo USAR LEITE ZERO LACTOSE E NÃO USAR QUEIJO 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). • Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. • Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite puro ZERO LACTOSE • Banana
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta • Carne bovina em cubos ao molho • Legumes refogados • Salada de alface • Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Carne suína temperada e assada ou de panela • Salada de beterraba e chuchu • Fruta: abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco • Batata souté • Coxa e sobrecoxa de frango assada • Refogado de abobrinha com cenoura • Salada mista • Manga fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz de forno com carne moída • Feijão preto • Salada de tomate.
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE ZERO LACTOSE • MAÇÃ 	<ul style="list-style-type: none"> • Suco de fruta natural • Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de frutas ou frutas picadas separadamente (manga, abacaxi e banana) 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite puro ZERO LACTOSE • Banana e maçã
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta • Carne bovina em cubos ao molho • Legumes refogados • Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão preto • Carne suína temperada e assada • Salada de beterraba e chuchu • Fruta: abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco • Batata souté • Coxa e sobrecoxa de frango assada • Refogado de abobrinha com cenoura • Salada mista 	<ul style="list-style-type: none"> • Suco de uva integral • Torta salgada de carne moída com legumes



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 08/05	TERÇA 09/05	QUARTA 10/05	QUINTA 11/05	SEXTA 12/05
SEMANA 5	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Mamão e banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). Pão caseirinho Ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana e pera
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz branco Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Salada repolho com tomate Fruta: laranja e manga em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne suína temperada e assada ou de panela Salada de beterraba e chuchu Fruta: abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas Refogado de abobrinha com cenoura Salada mista Maçã fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco carne moída refogada com legumes e temperos Feijão preto Salada de tomate.
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Laranja e manga fatiada Ou vitamina de leite c/fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE banana e mamão Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de fruta natural Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de frutas ou frutas picadas separadamente (manga, abacaxi, banana, maçã) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro ZERO LACTOSE Banana e Pera
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz branco Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Salada repolho com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta coxa e sobrecoxa de frango frango picado ao molho. Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne suína temperada e assada ou de panela Salada de beterraba e chuchu Fruta: abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas. Refogado de abobrinha com cenoura Salada mista 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de uva integral Torta salgada de carne de frango com legumes USAR LEITE ZERO LACTOSE

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.

Emmanueli M. Moreira

Simone R. B. Brandini