



**Cardápio** CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

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

## ESCOLAS MUNICIPAIS

**FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL**

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

**LICITAÇÃO -2022/2023**



## Cardápio CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)

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

### Remessa 10- Período 12 de junho a 28 de Julho 2023 (férias 10 a 21 de julho)- CARDÁPIO DIABETES

DIAS	SEMANAS	Segunda-feira Dia: 12/06	Terça-feira Dia: 13/06	Quarta-feira Dia: 14/06	Quinta-feira Dia: 15/06	Sexta-feira Dia: 16/06
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRÃO INTEGRAL à bolonhesa (Carne moída em molho)</li> <li>Salada mista de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Café com leite COM ADOÇANTE</li> <li>PÃO INTEGRAL com margarina</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz carreteiro ou arroz e carne em cubos ao molho com temperos (USAR ARROZ INTEGRAL)</li> <li>Salada de vagem, cenoura</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho)</li> <li>Suco de uva integral sem açúcar ou chá mate natural COM ADOÇANTE ( se estiver muito frio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos)</li> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Refogado de repolho com cenoura ralada</li> <li>Fatias de laranja</li> </ul>
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos</li> <li>Salada alface com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risoto de frango com mix de legumes ou arroz, frango e legumes (USAR ARROZ INTEGRAL)</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Farofa de legumes com carne moída</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Biscoito salgado de gergelim</li> <li>IOGURTE DE FRUTAS DIET</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Carne bovina em cubos ao molho com temperos</li> <li>Mandioca cozida (PEDIR PARA A CRIANÇA ESCOLHER O ARROZ OU A MANDIOCA)</li> <li>Salada de chuchu com cenoura cozidos</li> </ul>
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRÃO INTEGRAL ao molho de peito de frango picadinho</li> <li>Salada de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo INTEGRAL</li> <li>Chá de ervas COM ADOÇANTE</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Carne bovina em cubos ao molho com temperos</li> <li>Purê de batatas (ESCOLHER O ARROZ OU O PURÊ)</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne moída (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho)</li> <li>Chá mate natural COM ADOÇANTE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risoto de frango e legumes ou arroz e frango separado (USAR ARROZ INTEGRAL)</li> <li>Salada de repolho e cenoura</li> <li>Maçã</li> </ul>
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Carne moída refogada com cheiro verde e temperos</li> <li>Salada de alface com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PÃO INTEGRAL COM MARGARINA</li> <li>Café com leite COM ADOÇANTE</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Carne bovina em cubos ao sugo (molho vermelho)</li> <li>Salada de Beterraba</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRÃO INTEGRAL ao molho de carne moída</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos</li> <li>Salada mista</li> </ul>
<b>FÉRIAS</b>						
SEM 05	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Carne moída refogada com cheiro verde e temperos</li> <li>Salada de alface com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PÃO INTEGRAL COM DOCE DE FRUTAS</li> <li>Chá de ervas COM ADOÇANTE</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ARROZ INTEGRAL</li> <li>Carne bovina em cubos ao sugo (molho vermelho)</li> <li>Purê de batatas (ESCOLHER O ARROZ OU O PURÊ)</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne moída (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho)</li> <li>Chá mate natural COM ADOÇANTE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos</li> <li>Salada de beterraba com cenoura maçã</li> </ul>

**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.

Emameli M. Moreira

Simone R. B. Brandini