



**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 -2023/2024**



**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 03- Período 25 de SETEMBRO à 20 de OUTUBRO de 2023 - CARDÁPIO PADRÃO**

DIAS	SEMANAS	Segunda-feira Dia: 25/09	Terça-feira Dia: 26/09	Quarta-feira Dia: 27/09	Quinta-feira Dia: 28/09	Sexta-feira Dia: 29/09
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarronada caseira com peito de frango ao molho</li> <li>Salada mista de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Café com leite</li> <li>Pão caseiro com margarina</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz carreteiro ou arroz branco e carne em cubos ao molho com temperos</li> <li>Salada de vagem, cenoura e brócolis</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne (pão de lanche e carne moída ao molho)</li> <li>Chá mate natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos)</li> <li>Arroz</li> <li>Refogado de repolho com cenoura ralada</li> <li>Fatias de laranja</li> </ul>
		Segunda-feira Dia: 02/10	Terça-feira Dia: 03/10	Quarta-feira Dia: 04/10	Quinta-feira Dia: 05/10	Sexta-feira Dia: 06/10
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>Feijão preto</li> <li>Arroz Branco</li> <li>Farofa de legumes com carne moída</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risoto de frango com mix de legumes</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolacha caseira</li> <li>Chá de ervas</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Carne bovina em cubos ao molho com temperos</li> <li>Mandioca cozida</li> <li>Salada de chuchu com cenoura</li> </ul>
SEM 03		Segunda-feira Dia: 09/10	Terça-feira Dia: 10/10	Quarta-feira Dia: 11/10	Quinta-feira Dia: 12/10 <b>FERIADO</b>	Sexta-feira Dia: 13/10 <b>RECESSO ESCOLAR</b>
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>BISCOITO SALGADO INTEGRAL</b></li> <li><b>IOGURTE DE FRUTAS</b></li> <li><b>MAÇÃ</b></li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>SANDUÍCHE DE CARNE MOÍDA</b></li> <li><b>SUCO DE UVA</b></li> <li><b>BANANA</b></li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>BOLO SIMPLES</b></li> <li><b>CHÁ MATE NATURAL OU DE ERVAS</b></li> <li><b>MELANCIA</b></li> </ul> 	<p><b>QUE NUNCA FALTE A VOCÊS, ENERGIA PARA BRINCAR, MOMENTOS PARA SORRIR E LIBERDADE PARA SONHAR!! FELIZ....</b></p> <p><b>Dia das Crianças</b></p> 	
SEM 04		Segunda-feira Dia: 16/10	Terça-feira Dia: 17/10	Quarta-feira Dia: 18/10	Quinta-feira Dia: 19/10	Sexta-feira Dia: 20/10
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão preto</li> <li>Arroz Branco</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>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos</li> <li>Salada de beterraba</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Carne bovina em cubos ao sugo (molho vermelho)</li> <li>Salada de repolho</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão parafuso com carne moída ao molho</li> <li>Salada colorida</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risoto ou Arroz branco c Carne de frango ao molho</li> <li>Purê de batatas</li> <li>Salada de repolho e cenoura</li> </ul>



**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

**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.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Semana 01	333,3	47,7	14,9	9,5
Semana 02	323,7	54,6	11	7,4
Semana 03	328,5	57,1	12,2	8,1
Semana 04	343	50,8	15,4	9,1
Referências 20% das Necessidades diárias	329	45-53	8-12	9-13

*Emanali M. Moreira*

*Simone R. B. Brandini*