



**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 04- Período 23 DE OUTUBRO à 17 de NOVEMBRO de 2023 - CARDÁPIO PADRÃO**

DIAS	SEMANAS	Segunda-feira Dia: 23/10	Terça-feira Dia: 24/10	Quarta-feira Dia: 25/10	Quinta-feira Dia: 26/10	Sexta-feira Dia: 27/10
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>Suco de abacaxi</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: 30/10	Terça-feira Dia: 31/10	Quarta-feira Dia: 01/11	Quinta-feira Dia: 02/11	Sexta-feira Dia: 03/11
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>Biscoito gergelim</li> <li>Iogurte de frutas</li> <li>Maçã</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>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
SEM 03		Segunda-feira Dia: 06/11	Terça-feira Dia: 07/11	Quarta-feira Dia: 08/11	Quinta-feira Dia: 09/11	Sexta-feira Dia: 10/11
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão parafuso molho à bolonhesa (Carne moída em molho)</li> <li>Salada de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuca caseira</li> <li>Chá de ervas</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Arroz Branco</li> <li>Carne bovina em cubos ao molho com temperos</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sanduíche de carne moída (pão de lanche e carne moída ao molho)</li> <li>Chá mate natural</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Carne de frango ao molho</li> <li>Purê de batatas</li> <li>Salada de repolho e cenoura</li> </ul>
SEM 04		Segunda-feira Dia: 13/11	Terça-feira Dia: 14/11	Quarta-feira Dia: 15/11	Quinta-feira Dia: 16/11	Sexta-feira Dia: 17/11
	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>Bolo de cenoura</li> <li>Leite com café</li> <li>Banana</li> </ul>	<b>FERIADO</b>	<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><b>Melancia (se tiver na AF)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Carne bovina em cubos</li> <li>Mandioca cozinha</li> <li>Salada de chuchu e cenoura</li> <li>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.**

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Semana 01	348	51,8	16	9,7
Semana 02	325,8	52	11,7	8,3
Semana 03	334,8	49,2	14	9,3
Semana 04	326,3	50,4	13	8,2
Referências 20% das Necessidades diárias	329	45-53	8-12	9-13

Emmanueli M. Moreira

Simone R. B. Brandini