



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.

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança

Frutas e hortaliças poderão ter inversão de dia ofertado devido a ponto de maturação, mas terão a oferta na semana. Salada de frutas e frutas variadas picadas, poderão ser servidas em substituição a fruta do dia.

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 10– PERÍODO DE 03 DE JUNHO A 28 DE JUNHO - INTOLERÂNCIA A LACTOSE**

HORÁRIOS		SEGUNDA 03/06	TERÇA 04/06	QUARTA 05/06	QUINTA 06/06	SEXTA 07/06
<b>SEMANA 1</b>	<b>DESJEJUM</b> 8:00h Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce).</li> <li>●Pão de queijo (USAR QUEIJO E LEITE ZERO LACTOSE NA MASA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> <li>●Pão caseirinho com queijo mussarela ZERO LACTOSE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Mamão e maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●Pão caseiro COM DOCE DE FRUTAS</li> </ul>
	<b>ALMOÇO</b> 10:45h Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão carioca</li> <li>●Carne bovina picada em cubos refogada com temperos</li> <li>●Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>●Salada repolho com cenoura ralada</li> <li>●Fruta: laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Polenta</li> <li>●Coxa de frango picado ao molho de tomate</li> <li>●Refogado de couve ou repolho</li> <li>●Saladas de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Farofa de biju com carne moída e legumes</li> <li>●Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> <li>●Fruta: Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão carioca ou lentilha</li> <li>●Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E USAR LEITE ZERO LACTOSE).</li> <li>●Salada de beterraba</li> <li>● Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>●Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface)</li> <li>●Refogado de cabotiá</li> <li>●Salada de frutas ou frutas picadas</li> </ul>
	<b>LANCHE</b> 14:00h Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Banana</li> <li>Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Manga</li> <li>Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Mamão e maçã</li> <li>Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Salada de frutas ou frutas picadas ou vitamina de leite ZERO LACTOSE com frutas</li> </ul>
	<b>JANTAR</b> 16:00h Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão carioca</li> <li>●Carne bovina picada em cubos refogada com temperos</li> <li>●Purê de batatas COM LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>●Salada repolho com cenoura ralada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Polenta</li> <li>●Coxa de frango picado ao molho de tomate</li> <li>●Refogado de couve ou repolho</li> <li>●Saladas de alface e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz Branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Farofa de biju com carne moída e legumes</li> <li>●Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão carioca ou lentilha</li> <li>●Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E USAR LEITE ZERO LACTOSE).</li> <li>●Salada de beterraba</li> <li>● Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Pão caseiro</li> <li>●Carne moída ao molho de tomate com temperos e cheiro verde.</li> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> </ul>



## 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 10/06	TERÇA 11/06	QUARTA 12/06	QUINTA 13/06	SEXTA 14/06
<b>SEMANA 2</b>	DESJEJUM 8:00h  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●Crepioça ( ovos, farinha de tapioca e sal)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> <li>●Pão <b>caseirinho</b> com queijo mussarela ZERO LACTOSE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Maçã e mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●<b>Pão caseiro</b> com doce de frutas sem açúcar (uva ou laranja com mamão)</li> </ul>
	ALMOÇO 10:45h  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão preto</li> <li>●Carne bovina em cubos de panela com legumes</li> <li>●Batata doce fatiada assada com temperos</li> <li>●Saladas: repolho e cenoura ralados</li> <li>●<b>Frutas:</b> laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Polenta ou Quirerinha</li> <li>●Carne suína refogada com temperos</li> <li>●Couve ou repolho refogado</li> <li>●Saladas: alface e tomate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Carne moída refogada com cheiro verde</li> <li>●Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> <li><b>Fruta:</b> Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●<b>Macarronada</b> caseira com peito de frango picado ao molho de tomate</li> <li>●Salada de cenoura cozida</li> <li>●<b>Fruta:</b> Laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão carioca</li> <li>●Coxa e sobrecoxa assada</li> <li>●Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface).</li> <li>●Salada de frutas ou frutas picadas</li> </ul>
	LANCHE 14:00h  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Banana Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Manga Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Salada de frutas ou frutas picadas</li> <li>●Ou vitaminas de leite ZERO LACTOSE com frutas</li> </ul>
	JANTAR 16:00h Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão preto</li> <li>●Carne bovina em cubos de panela com legumes</li> <li>●Batata doce fatiada assada com temperos</li> <li>●Saladas: repolho e cenoura ralados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Polenta ou Quirerinha</li> <li>●Carne suína refogada</li> <li>●Couve ou repolho refogado</li> <li>●Saladas: alface e tomate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Carne moída refogada com cheiro verde</li> <li>●Salada de cenoura e chuchu cozidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●<b>Macarronada</b> caseira com peito de frango picado ao molho de tomate</li> <li>●Salada de cenoura cozida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Suco de laranja sem açúcar</li> <li>●<b>Sanduíche de pão caseiro</b> com ovos mexidos</li> <li>Pode acrescentar salada no meio do pão e montar um sanduíche (tomate, cenoura ralada, alface picadinha)</li> </ul>



## 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 17/06	TERÇA 18/06	QUARTA 19/06	QUINTA 20/06	SEXTA 21/06
<b>SEMANA 3</b>	<b>DESJEJUM</b> 8:00h  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●<b>Pão caseiro</b> com queijo mussarela ZERO LACTOSE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●<b>Pão caseirinho</b> com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●<b>Mini pizza</b> de legumes ou carne (moída ou frango) com queijo ZERO LACTOSE e orégano (massa caseira sem açúcar).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Mamão e maçã</li> </ul>
	<b>ALMOÇO</b> 10:45h  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão carioca</li> <li>●Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos</li> <li>●Purê de batata com leite zero lactose</li> <li>●Salada de alface</li> <li>●<b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Polenta</li> <li>●Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha.</li> <li>●Refogado de couve</li> <li>●Saladas de repolho e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Escondidinho de mandioca com carne moída USAR LEITE ZERO LACTOSE na massa do purê</li> <li>●Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface).</li> <li>●<b>Fruta:</b> manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão ou lentilha</li> <li>●Macarrão gravatinha com molho de frango</li> <li>●Saladas de beterraba</li> <li>● <b>Fruta:</b> melão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Coxa/sobrecoxa de frango assada</li> <li>●Refogado de abobrinha com cenoura</li> </ul>
	<b>LANCHE</b> 14:00h  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Banana</li> <li>Ou vitamina de frutas com leite ZERO LACTOSE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Manga</li> <li>Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Melão (pedaços)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>●Salada de frutas ou Mamão e maçã Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>
	<b>JANTAR</b> 16:00h  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão carioca</li> <li>●Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos</li> <li>●Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE</li> <li>●Salada de alface</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Polenta</li> <li>●Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha</li> <li>●Refogado de couve</li> <li>●Saladas de repolho e tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Arroz branco</li> <li>●Feijão preto</li> <li>●Escondidinho de mandioca com carne moída USAR LEITE ZERO LACTOSE na massa do purê</li> <li>●Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Feijão ou lentilha</li> <li>●Macarrão gravatinha com molho de frango</li> <li>●Salada de beterraba</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Suco de uva integral sem açúcar</li> <li>●<b>Mini pizza</b> de legumes ou carne (moída ou frango) com queijo ZERO LACTOSE e orégano (massa caseira sem açúcar).</li> </ul>



**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 24/06	TERÇA 25/06	QUARTA 26/06	QUINTA 27/06	SEXTA 28/06
<b>SEMANA 4</b>	<b>DESJEJUM</b> 8:00h  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Pão caseiro com nata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão e banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce).</li> <li>Pão caseirinho</li> <li>Ovos mexidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas.</li> <li>Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Banana e maçã</li> </ul>
	<b>ALMOÇO</b> 10:45h  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Arroz branco</li> <li>Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos</li> <li>Salada repolho com tomate</li> <li>Fruta: laranja em fatias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Couve ou repolho refogado</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne suína temperada e assada ou de panela</li> <li>Salada de beterraba e chuchu</li> <li>Fruta: Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas</li> <li>Refogado de abobrinha com cenoura</li> <li>Salada mista</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz de forno com carne moída</li> <li>Feijão preto</li> <li>Salada de tomate</li> </ul>
	<b>LANCHE</b> 14:00h  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Mamão e Banana Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de fruta natural</li> <li>Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Maçã</li> <li>Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leite puro ZERO LACTOSE</li> <li>Banana e maçã</li> <li>Ou vitamina de leite ZERO LACTOSE c/ fruta</li> </ul>
	<b>JANTAR</b> 16:00h  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijão carioca</li> <li>Arroz branco</li> <li>Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos</li> <li>Salada repolho com tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta</li> <li>Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate</li> <li>Couve ou repolho refogado</li> <li>Saladas: alface e tomate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz</li> <li>Feijão preto</li> <li>Carne suína temperada e assada ou de panela</li> <li>Salada de beterraba e chuchu</li> <li>Fruta: Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas</li> <li>Refogado de abobrinha com cenoura</li> <li>Salada mista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de uva integral</li> <li>Torta salgada de carne moída ou arroz de forno com salada colorida (3 tipos).</li> </ul>

Cabotiá, brócolis, abobrinha, ora-pro-nobis, espinafre, temperos naturais em geral, 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. Salada de frutas e frutas variadas picadas, poderão ser servidas em substituição a uma fruta.

Emanuelli M. Moreira

Simone R. B. Brandini