



**ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

CARDÁPIOS ELABORADOS PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

**Obs.: Semana do dia 12 ao dia 16 de Agosto, ficou como Remessa 12 Extra, da licitação antiga. As semanas do dia 19 de Agosto a 06 de Setembro, iniciam a REMESSA 01.**

**REMESSA 01 - PERÍODO DE: 19 DE AGOSTO A 06 DE SETEMBRO DE 2024**

**CARDÁPIO PADRÃO**

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 12/08	TERÇA-FEIRA DIA: 13/08	QUARTA-FEIRA DIA: 14/08	QUINTA FEIRA DIA: 15/08	SEXTA-FEIRA DIA: 16/08
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarronada caseira com peito de frango ao molho de tomate</li> <li>Salada de alface</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 tomate</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 uva integral sem açúcar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos)</li> <li>Arroz branco</li> <li>Salada de repolho com cenoura ralada</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>
<b>INÍCIO DA NOVA LICITAÇÃO</b>		SEGUNDA-FEIRA DIA: 19/08	TERÇA-FEIRA DIA: 20/08	QUARTA-FEIRA DIA: 21/08	QUINTA FEIRA DIA: 22/08	SEXTA-FEIRA DIA: 23/08
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta cremosa</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 branco com coxa e sobrecoxa de frango ao molho</li> <li>Salada de beterraba</li> <li>Banana</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>Biscoito salgado de gergelim</li> <li>Iogurte de frutas</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>Purê de batata</li> <li>Salada de repolho com cenoura (ralados cru).</li> </ul>
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 26/08	TERÇA-FEIRA DIA: 27/08	QUARTA-FEIRA DIA: 28/08	QUINTA FEIRA DIA: 29/08	SEXTA-FEIRA DIA: 30/08
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão parafuso ao sugo (molho de tomate).</li> <li>Carne moída refogada com temperos e mix de legumes</li> <li>Salada de alface</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Çuca caseira</li> <li>Café com leite</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>Salada de pepino japonês com tomate</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 ou chá de erva doce</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Coxa e sobrecoxa de frango ao molho</li> <li>Mandioca cozida</li> <li>Salada de repolho e cenoura</li> </ul>
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 02/09	TERÇA-FEIRA DIA: 03/09	QUARTA-FEIRA DIA: 04/09	QUINTA FEIRA DIA: 05/09	SEXTA-FEIRA DIA: 06/09
SEM 04	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>Chá de ervas</li> <li>Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Iscas bovinas</li> <li>Batata em molho</li> <li>Salada de vagem e salada de cenoura cozidas (temperar separado)</li> <li>Laranja fatiada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Polenta cremosa</li> <li>Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos</li> <li>Salada mista de repolho (verde e roxo)</li> <li>Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrão espaguete com carne em cubos ao molho</li> <li>Salada de beterraba</li> <li>Melancia</li> </ul>



**ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)**

CARDÁPIOS ELABORADOS PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

**OBS:** *Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pela nutricionista, 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)
<i>Semana 01</i>	338	51,7	15,3	7,8
<i>Semana 02</i>	333	53,5	11,6	8,1
<i>Semana 03</i>	319	46,7	14	9,3
<i>Semana 04</i>	342	50,5	14,8	8,9
<i>Referências 20% das Necessidades diárias</i>	329	45-53	8-12	9-13

*Simone R. B. Brandini*