



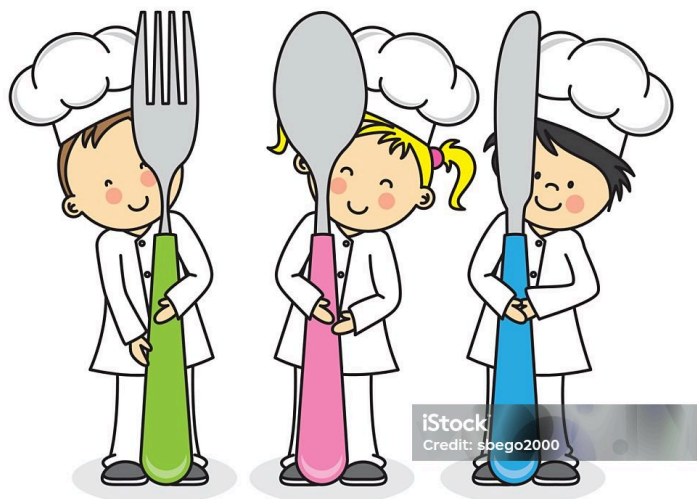
CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

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

## 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 pela nutricionista, 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.



**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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606**

REMESSA **05**– PERÍODO : 03 DE FEVEREIRO A 07 DE MARÇO DE 2025

**CARDÁPIO PADRÃO**

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 03/02	TERÇA DIA 04/02	QUARTA DIA 05/02	QUINTA DIA 06/02	SEXTA 07/02
<b>SEM 01</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b> Alunos da manhã	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).</li> <li>• <b>Pão caseirinho</b> com queijo mussarela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro</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>• <b>Pão caseiro</b> com nata ou manteiga</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)</b> Alunos da manhã			<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>• <b>Fruta:</b> laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feijão carioca ou lentilha</li> <li>• Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa).</li> <li>• Salada de beterraba</li> <li>• <b>Fruta:</b> 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 (14:00)</b> Alunos da tarde			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro</li> <li>• banana</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro</li> <li>• Mamão e maçã</li> <li>Ou vitamina de leite c/ fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro</li> <li>• Salada de frutas ou frutas picadas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b> Alunos da tarde			<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)</li> <li>• Salada de beterraba</li> <li>• <b>Fruta:</b> Abacaxi em fatias ou picadinho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pão caseiro</b></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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 10/02	TERÇA DIA 11/02	QUARTA DIA 12/02	QUINTA DIA 13/02	SEXTA DIA 14/02
<b>SEMANA 2</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  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</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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</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>●Pão <b>caseiro</b> com doce de frutas sem açúcar (uva ou laranja com mamão)</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)]</b>  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 e abobrinha refogada.</li> <li>●<b>Fruta:</b> Melancia</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>
	<b>LANCHE (14:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite</li> <li>●Laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</li> <li>●Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</li> <li>●Manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</li> <li>●Salada de frutas ou frutas picadas</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>  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 e abobrinha refogada.</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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606**

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 17/02	TERÇA DIA 18/02	QUARTA DIA 19/02	QUINTA DIA 20/02	SEXTA DIA 21/02
<b>SEMANA 3</b>	<b>DESJEJUM (8:00)</b>  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●Pão caseiro com queijo mussarela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</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 nata ou manteiga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira)</li> <li>●Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com queijo e orégano (massa caseira sem açúcar).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite</li> <li>●Mamão e maçã</li> </ul>
	<b>ALMOÇO (10:45)]</b>  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</li> <li>●Salada de alface</li> <li>●Fruta: 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</li> <li>●Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface).</li> <li>●Fruta: Manga</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> <li>●Fruta: 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 (14:00)</b>  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</li> <li>●Laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</li> <li>●Banana</li> <li>Ou vitamina de leite com fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</li> <li>●Manga</li> <li>Ou vitamina de leite com fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Leite puro</li> <li>●Melão (pedaços)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Salada de frutas ou Mamão e maçã</li> </ul>
	<b>JANTAR (16:00)</b>  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</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</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>●Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com queijo 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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606**

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 24/02	TERÇA DIA 25/02	QUARTA DIA 26/02	QUINTA DIA 27/02	SEXTA 28/02
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00)  Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</li> <li>● <b>Pão caseiro</b> com nata ou manteiga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</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>● <b>Pão caseirinho</b></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</li> <li>● Banana e pera</li> </ul>
	ALMOÇO (10:45]  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>● <b>Fruta:</b> Laranja em fatias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Polenta</li> <li>● Coxa/sobrecoxa 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>● <b>Fruta:</b> 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 colorida</li> </ul>
	LANCHE (14:00)  Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</li> <li>● laranja</li> <li>● Ou vitamina de leite c/fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</li> <li>● Mamão e Banana</li> <li>● Ou vitamina de leite 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</li> <li>● Maçã</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</li> <li>● Banana e pera</li> </ul>
	JANTAR (16:00)  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/sobrecoxa 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>● <b>Fruta:</b> 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>



## 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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606**

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 03/03	TERÇA DIA 04/03	QUARTA DIA 05/03	QUINTA DIA 06/03	SEXTA DIA 07/03
<b>SEM 05</b>	DESJEJUM (8:00)	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce).</li> <li>● Pão caseiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</li> <li>● Banana e maçã</li> </ul>
	ALMOÇO (10:45]				<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> <li>● banana e mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Feijão carioca</li> <li>● Carne bovina picada em cubos refogada com temperos</li> <li>● Purê de batatas</li> <li>● Salada repolho com cenoura</li> <li>● <b>Fruta:</b> Laranja</li> </ul>
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde				<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</li> <li>● banana e mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Leite puro</li> <li>● banana e maçã</li> </ul>
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde				<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>● Feijão carioca</li> <li>● Carne bovina picada em cubos refogada com temperos</li> <li>● Purê de batatas</li> <li>● Salada repolho com cenoura</li> <li>● laranja</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 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. Salada de frutas e frutas variadas picadas, poderão ser servidas em substituição a uma fruta.

*Simone R. B. Brandini*

	COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)							
	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<i>Semana 01 manhã</i>	347,8	51,3	16,1	9,8	28,3	51	164,9	1,9
<i>Semana 01 tarde</i>	307,9	46,8	13,9	8,5	30,3	52,9	170,1	1,6
<i>Semana 02 manhã</i>	332,1	49,6	14,6	9,4	22,9	42,9	121,2	1,4
<i>Semana 02 Tarde</i>	301,1	47,1	13,3	7,8	23,3	51,4	144,4	1,2
<i>Semana 03 manhã</i>	330,4	51,6	15,1	8,1	19,2	64,2	126,3	1,7
<i>Semana 03 tarde</i>	302,6	47	13,7	7,7	23,8	50,7	140,4	1,6
<i>Semana 04 manhã</i>	334,1	48,9	15,1	9,7	24,8	45,5	121,8	1,7
<i>Semana 04 tarde</i>	305,8	42,8	13,8	9,8	27,1	35,1	140,9	1,5



**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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606**

<i>Semana 05 manhã</i>								
<i>Semana 05 tarde</i>								
<i>Referências 20% das Necessidades diárias</i>	<i>304</i>	<i>42-49</i>	<i>8-11</i>	<i>8-12</i>	<i>63</i>	<i>4</i>	<i>150</i>	<i>1</i>