



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

REMESSA 05- PERÍODO DE: 03 DE FEVEREIRO A 07 DE MARÇO DE 2025 **CARDÁPIO DISLIPIDEMIAS**
(COLESTEROL E TRIGLICERÍDEOS ELEVADOS)

DIAS/SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 03/02	TERÇA-FEIRA DIA: 04/02	QUARTA-FEIRA DIA: 05/02	QUINTA FEIRA DIA: 06/02	SEXTA-FEIRA DIA: 07/02
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	SEMANA PEDAGÓGICA	SEMANA PEDAGÓGICA	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho) Suco de uva integral SEM AÇÚCAR Banana 	<ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO INTEGRAL com peito de frango ao molho de tomate Salada de alface Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos) ARROZ INTEGRAL Salada de repolho com cenoura ralados Laranja fatiada COMER O BAGAÇO
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 10/02	TERÇA-FEIRA DIA: 11/02	QUARTA-FEIRA DIA: 12/02	QUINTA FEIRA DIA: 13/02	SEXTA-FEIRA DIA: 14/02
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos Salada alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Risoto de frango com mix de legumes ou arroz branco com coxa e sobrecoxa de frango ao molho USAR ARROZ INTEGRAL Salada de beterraba Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto ARROZ INTEGRAL Farofa de legumes com carne moída Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Biscoito salgado INTEGRAL Iogurte de frutas ZERO GORDURA E ZERO AÇÚCAR Maçã COM CASCA 	<ul style="list-style-type: none"> ARROZ INTEGRAL Carne bovina em cubos ao molho com temperos Purê de batata Salada de repolho com cenoura ralados ESCOLHER ENTRE O ARROZ E O PURÊ
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 17/02	TERÇA-FEIRA DIA: 18/02	QUARTA-FEIRA DIA: 19/02	QUINTA FEIRA DIA: 20/02	SEXTA-FEIRA DIA: 21/02
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO INTEGRAL ao sugo (molho de tomate). Carne moída refogada com temperos e mix de legumes Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> PÃO INTEGRAL COM MARGARINA Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca ARROZ INTEGRAL Carne bovina em cubos ao molho com temperos Salada de pepino japonês com tomate Laranja fatiada COMER O BAGAÇO 	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne moída (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho) Chá mate natural ou chá de erva doce SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE Maçã COM CASCA 	<ul style="list-style-type: none"> ARROZ INTEGRAL Coxa e sobrecoxa de frango ao molho Mandioca cozida Salada de repolho e cenoura ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU A MANDIOCA
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 24/02	TERÇA-FEIRA DIA: 25/02	QUARTA-FEIRA DIA: 26/02	QUINTA FEIRA DIA: 27/02	SEXTA-FEIRA DIA: 28/02
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto ARROZ INTEGRAL Carne moída refogada com cheiro verde e temperos Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo de cenoura INTEGRAL FEITO NA ESCOLA Chá de ervas SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ARROZ INTEGRAL Iscas bovinas Batata em molho Salada de vagem e salada de cenoura cozidas (temperar separado) Laranja fatiada ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU A BATATA 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos Salada mista de repolho (verde e roxo) Maçã COM CASCA 	<ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO INTEGRAL com carne em cubos ao molho Salada de beterraba



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

	SEGUNDA-FEIRA DIA: 03/03	TERÇA-FEIRA DIA: 04/03	QUARTA-FEIRA DIA: 05/03	QUINTA FEIRA DIA: 06/03	SEXTA-FEIRA DIA: 07/03
SEM 05	FERIADO	FERIADO	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> • Café com LEITE DESNATADO SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • PÃO INTEGRAL com margarina • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro ou arroz branco e carne em cubos ao molho com temperos USAR ARROZ INTEGRAL • Salada de pepino japonês e tomate • Maçã COM CASCA

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.

Simone R. B. Brandini