



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 07 - PERÍODO DE: 07 DE ABRIL A 09/05/2025 **CARDÁPIO DIABETES**

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 07/04	TERÇA-FEIRA DIA: 08/04	QUARTA-FEIRA DIA: 09/04	QUINTA FEIRA DIA: 10/04	SEXTA-FEIRA DIA: 11/04
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• MACARRÃO INTEGRAL com peito de frango ao molho de tomate • Salada de alface	• Café com leite SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • PÃO INTEGRAL com margarina ou nata • Banana	• Arroz carreteiro OU • ARROZ INTEGRAL • Carne em cubos ao molho com temperos • Salada de tomate e pepino japonês	• Torta salgada de carne moída ou Sanduíche de carne (USAR FARINHA INTEGRAL PARA FAZER O BOLO E OFERECER PÃO INTEGRAL SE FOR SANDUÍCHE) • Suco de uva integral sem açúcar • Maçã COM CASCA	• Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos) • ARROZ INTEGRAL • Salada de repolho com cenoura ralada • Laranja fatiada
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 14/04	TERÇA-FEIRA DIA: 15/04	QUARTA-FEIRA DIA: 16/04	QUINTA FEIRA DIA: 17/04	SEXTA-FEIRA DIA: 18/04
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Polenta cremosa • Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos • Salada alface com tomate	• Feijão preto • ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango desossada assada (ou ao molho) • Salada de beterraba • Melancia	• BOLO INTEGRAL FEITO NA ESCOLA • Chá de ervas SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • Maçã	RECESSO	FERIADO
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 21/04	TERÇA-FEIRA DIA: 22/04	QUARTA-FEIRA DIA: 23/04	QUINTA FEIRA DIA: 24/04	SEXTA-FEIRA DIA: 25/04
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	FERIADO	• PÃO INTEGRAL COM MARGARINA • Café com leite SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • Banana	• Feijão preto • ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango desossada assada ou em molho • Salada de alface com tomate • Laranja fatiada	• Polenta cremosa • Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos • Salada pepino japonês com tomate • Maçã COM CASCA	• ARROZ INTEGRAL • Carne bovina em cubos ao molho com temperos • Mandioca cozida • Salada de repolho e cenoura • OBS.: ESCOLHER O ARROZ OU MANDIOCA
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 28/04	TERÇA-FEIRA DIA: 29/04	QUARTA-FEIRA DIA: 30/04	QUINTA FEIRA DIA: 01/05	SEXTA-FEIRA DIA: 02/05
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Feijão carioca • ARROZ INTEGRAL • Carne moída refogada com cheiro verde e temperos • Salada de alface com tomate	• Biscoito salgado integral • IOGURTE DE FRUTAS ZERO AÇÚCAR • Banana	• ARROZ INTEGRAL • Carne em bovina em cubos refogada com temperos • Batata rústica (s/ casca) temperada e assada • Salada de vagem e cenoura cozidas (temperar separado) • Laranja fatiada • OBS.: ESCOLHER ENTRE A BATATA OU O ARROZ.	FERIADO	RECESSO



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: 05/05	TERÇA-FEIRA DIA: 06/05	QUARTA-FEIRA DIA: 07/05	QUINTA FEIRA DIA: 08/05	SEXTA-FEIRA DIA: 09/05
		• MACARRÃO INTEGRAL ao sugo • Carne moída refogada com temperos • Salada de alface e tomate	• Polenta cremosa • Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos • Salada beterraba • Banana	• Sanduíche de carne moída (PÃO INTEGRAL e carne moída ao molho) • Chá mate natural ou chá de erva doce • Maçã	• ARROZ INTEGRAL • Carne bovina em cubos • Purê de batata • Salada de repolho com cenoura (ralados cru). • OBS.: ESCOLHER ENTRE O ARROZ OU O PURÊ	• Feijão preto • ARROZ INTEGRAL • Farofa de legumes com carne moída • Salada mista • Laranja fatiada

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