



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 PADRÃO

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	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango ao molho de tomate Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Pão caseiro com margarina ou nata Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro OU Arroz branco Carne em cubos ao molho com temperos Salada de tomate e pepino japonês 	<ul style="list-style-type: none"> Torta salgada de carne moída ou Sanduíche de carne Suco de uva integral sem açúcar Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos) Arroz branco 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	<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"> Feijão preto Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango desossada assada (ou ao molho) Salada de beterraba Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo caseiro Chá de ervas 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	<ul style="list-style-type: none"> Cuca caseira Café com leite Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto Arroz Branco Coxa e sobrecoxa de frango desossada assada ou em molho Salada de alface com tomate Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos Salada pepino japonês com tomate maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho com temperos Mandioca cozida Salada de repolho e cenoura
		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	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz Branco Carne moída refogada com cheiro verde e temperos Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Biscoito salgado integral Iogurte de frutas Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco 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 	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
	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão parafuso ao sugo • Carne moída refogada com temperos • Salada de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta cremosa • Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos • Salada beterraba • banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduíche de carne moída (pão de lanche e carne moída ao molho) • Chá mate natural ou chá de erva doce • Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz branco • Carne bovina em cubos • Purê de batata • Salada de repolho com cenoura (ralados cru). 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão preto • Arroz Branco • 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.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Semana 01	338	51,7	15,3	7,8
Semana 02	333	53,5	11,6	8,1
Semana 03	319	46,7	14	9,3
Semana 04	342	50,5	14,8	8,9
semana 05				
Referências 20% das Necessidades diárias	329	45-53	8-12	9-13

Simone R. B. Brandini