



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 10 - PERÍODO DE: 07 DE JULHO A DE 15 DE AGOSTO DE 2025 **CARDÁPIO INTOLERÂNCIA A LACTOSE**

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 07/07	TERÇA-FEIRA DIA: 08/07	QUARTA-FEIRA DIA: 09/07	QUINTA FEIRA DIA: 10/07	SEXTA-FEIRA DIA: 11/07
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Macarronada caseira com carne moída ao molho de tomate • Salada de alface	• Café com leite ZERO LACTOSE • Pão caseiro com margarina • Banana	• Arroz carreteiro • Ou • Arroz branco • Carne em cubos ao molho com temperos • Salada de tomate e pepino japônês • Maçã	• Sanduíche de carne (pão de lanche e carne moída ao molho) • Suco de uva integral sem açúcar	• Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos) • Arroz branco • Salada de repolho com cenoura ralada • Laranja fatiada
RECESSO DE 14/07 A 25/07 /2025						
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 28/07	TERÇA-FEIRA DIA: 29/07	QUARTA-FEIRA DIA: 30/07	QUINTA FEIRA DIA: 31/07	SEXTA-FEIRA DIA: 01/08
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Feijão preto • Arroz Branco • Farofa de legumes com carne moída • Salada de tomate com alface	• Polenta cremosa • Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos • Salada beterraba • Banana	• Feijão carioca • Arroz branco • Coxa e sobrecoxa de frango assado • Salada mista (repolho verde e roxo) • Laranja fatiada	• Bolo de cenoura • Chá de ervas • Maçã	• Carne bovina em cubos ao molho com temperos • Purê de batata COM LEITE ZERO LACTOSE • Salada de repolho com cenoura (ralados cru).
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 04/08	TERÇA-FEIRA DIA: 05/08	QUARTA-FEIRA DIA: 06/08	QUINTA FEIRA DIA: 07/08	SEXTA-FEIRA DIA: 08/08
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Macarrão parafuso ao sugo (molho de tomate). • Picadinho de frango com temperos e mix de legumes • Salada de alface	• Bolacha caseira ZERO LACTOSE • Café com leite ZERO LACTOSE • Banana	• Feijão preto • Arroz Branco • Carne bovina em cubos ao molho com temperos • Salada de pepino japônês com tomate • Laranja fatiada	• Torta salgada de frango ou carne moída (USAR LEITE ZERO LACTOSE NA RECEITA) • Chá mate natural ou chá de erva doce • Maçã	• Arroz branco • Coxa e sobrecoxa de frango ao molho • Mandioca cozida • Salada de repolho e cenoura



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: 11/08	TERÇA-FEIRA DIA: 12/08	QUARTA-FEIRA DIA: 13/08	QUINTA FEIRA DIA: 14/08	SEXTA-FEIRA DIA: 15/08
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Feijão preto • Arroz Branco • Carne moída refogada com cheiro verde e temperos • Salada de alface com tomate	• Biscoito salgado integral • Iogurte de frutas ZERO LACTOSE • Banana	• Arroz branco • Iscas bovinas • Batatinha assada temperada com óleo e orégano • Salada de vagem e salada de cenoura cozidas (temperar separado) • Laranja fatiada	• Polenta cremosa • Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos • Salada mista de repolho (verde e roxo) • Melancia	• Macarrão espaguete com carne em cubos ao molho • Salada de beterraba - OU • Sopa de legumes com carne bovina e macarrão • Maçã

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