



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 RT: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

Remessa:01/2025 - licitação nova (período de 01/09 a 26/09/2025) **CARDÁPIO DIABETES**

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 01/09	TERÇA-FEIRA DIA: 02/09	QUARTA-FEIRA DIA: 03/09	QUINTA FEIRA DIA: 04/09	SEXTA-FEIRA DIA: 05/09
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• MACARRÃO INTEGRAL (molho de tomate) • Carne moída refogada com temperos e mix de legumes • Salada de alface	• Leite com café SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • PÃO INTEGRAL com margarina • Banana	• Arroz carreteiro ou • Arroz puro (USAR O ARROZ INTEGRAL) • Carne em cubos ao molho com temperos • Salada de pepino japonês e tomate	• Torta salgada com frango ou carne moída e legumes (FAZER A TORTA COM FARINHA INTEGRAL) • Suco de uva integral SEM AÇÚCAR • Maçã	• Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos) • ARROZ INTEGRAL • Salada de repolho com cenoura ralada • Laranja fatiada
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 08/09	TERÇA-FEIRA DIA: 09/09	QUARTA-FEIRA DIA: 10/09	QUINTA FEIRA DIA: 11/09	SEXTA-FEIRA DIA: 12/09
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Feijão preto • ARROZ INTEGRAL • Farofa de legumes com carne moída e ovos • Salada de alface	• Polenta cremosa • Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos • Salada beterraba • Banana	• Feijão carioca • ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango assada • Salada de tomate E brócolis • Laranja fatiada	• Biscoito salgado INTEGRAL • Iogurte de frutas ZERO AÇÚCAR • Maçã	• Carne bovina em cubos ao molho com temperos • Purê de batata • Salada de repolho com cenoura • Melancia
SEM 03		SEGUNDA-FEIRA DIA: 15/09	TERÇA-FEIRA DIA: 16/09	QUARTA-FEIRA DIA: 17/09	QUINTA FEIRA DIA: 18/09	SEXTA-FEIRA DIA:19/09
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• MACARRÃO INTEGRAL com peito de frango ao molho de tomate • Salada de alface	• PÃO CASEIRO INTEGRAL COM MARGARINA • Leite com café SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • Banana	• Feijão preto • ARROZ INTEGRAL • Quibe de forma assado ou bolo de carne (ou carne moída refogada) • Salada de pepino japonês com tomate • Laranja fatiada	• 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	• ARROZ INTEGRAL • Coxa e sobrecoxa de frango ao molho • Mandioca cozida • Ou • ARROZ INTEGRAL • Escondidinho de mandioca com recheio de frango • 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 RT: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

SEM 04		SEGUNDA-FEIRA DIA: 22/09	TERÇA-FEIRA DIA: 23/09	QUARTA-FEIRA DIA: 24/09	QUINTA FEIRA DIA: 25/09	SEXTA-FEIRA DIA:26/09
	Lanche M: 9:00 T: 15:00	• Feijão carioca • ARROZ INTEGRAL • Carne moída refogada com cheiro verde e temperos • Salada de alface com tomate	• Bolo caseiro INTEGRAL FEITO NA ESCOLA • Chá de erva SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • Banana	• ARROZ INTEGRAL • Carne em cubos na pressão com temperos OU stroganoff fake • Batata rústica (s/ casca) assada • Salada de vagem e salada de cenoura • Laranja fatiada	• Polenta cremosa • Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos • Salada mista de repolho (verde e roxo) • Maçã	• MACARRÃO INTEGRAL com carne em iscas ao molho • Salada de beterraba • Melancia

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, 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