



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 TRIGLICERÍDEOS ELEVADOS

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	<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"> LEITE DESNATADO com café PÃO INTEGRAL com margarina Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro COM ARROZ INTEGRAL ou ARROZ INTEGRAL PURO Carne em cubos ao molho com temperos Salada de pepino japonês e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Torta salgada com frango ou carne moída e legumes USAR FARINHA INTEGRAL NA MASSA Suco de uva integral sem açúcar Maçã COM CASCA 	<ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto ARROZ INTEGRAL Farofa de legumes com carne moída e ovos Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos Salada beterraba Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca ARROZ INTEGRAL Coxa e sobrecoxa de frango assada Salada de tomate E brócolis 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"> Carne bovina em cubos ao molho com temperos Purê de batata SEM MANTEIGA, SÓ COM LEITE DESNATADO 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	<ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO INTEGRAL com peito de frango ao molho de tomate Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> PÃO INTEGRAL COM MARGARINA Leite DESNATADO com café SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto ARROZ INTEGRAL Quibe de forma assado ou bolo de carne (ou carne moída refogadinha) Salada de pepino japonês com tomate Laranja fatiada 	<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 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	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão carioca • ARROZ INTEGRAL • Carne moída refogada com cheiro verde e temperos • Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo caseiro INTEGRAL FEITO NA ESCOLA • Chá de ervas SEM AÇÚCAR OU COM ADOÇANTE • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL • Carne em cubos na pressão com temperos OU strogonoff fake • Batata rústica (s/ casca) assada • Salada de vagem e salada de cenoura • Laranja fatiada 	<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 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