



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

CMEIS MUNICIPAIS

CARDÁPIO FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS



FIXAR TODOS OS CARDÁPIOS EM LOCAL VISÍVEL PARA ALUNOS, PROFESSORES E COMUNIDADE ESCOLAR. DISPONÍVEL TAMBÉM NO PORTAL DA TRANSPARÊNCIA DO MUNICÍPIO

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, se e quando houver necessidade.

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ
FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

REMESSA 03 – PERÍODO DE 26/09 à 21/10/2022 - LICITAÇÃO -2022/2023 **PADRÃO**

HORÁRIOS		SEGUNDA 26/09	TERÇA 27/09	QUARTA 28/09	QUINTA 29/09	SEXTA 30/09
SEMANA 1	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira ou erva doce). Pão caseiro com nata 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Abacate 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseirinho com queijo 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Omelete fantasia (ovos, cenoura, brócolis, pimentão, tomate, cheiro verde). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Mamão (ou outra fruta conforme disponibilidade).
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Carne bovina picada em cubos refogada com temperos Purê de batatas Salada repolho com cenoura ralada Fruta: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Escondidinho de mandioca com carne moída Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface). Fruta: pêra ou maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa). Saladas de beterraba, couve flor e chuhu cozidos (temperar a beterraba separadamente) Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Coxa/sobrecoxa de frango assada Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface) Refogado de cabotiá .
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Melão 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Pêra ou maçã Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Salada de frutas Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Mamão Ou vitamina de leite c/ fruta
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Purê de batatas Salada repolho com cenoura ralada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa de frango picado ao molho de tomate Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Escondidinho de mandioca com carne moída Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface). 	<ul style="list-style-type: none"> Lentilha ou feijão Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa) Saladas de beterraba, couve flor e chuchu cozidos (temperar a beterraba separadamente) Fruta: abacaxi em fatias ou picadinho 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro Carne moída ao molho de tomate com temperos e cheiro verde. Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira).



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

HORÁRIOS		SEGUNDA 03/10	TERÇA 04/10	QUARTA 05/10	QUINTA 06/10 Comemoração ao dia das Crianças	SEXTA 07/10
SEMANA 2	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com doce de frutas sem açúcar (uva ou mamão com laranja). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). Pão caseirinho com queijo 	<ul style="list-style-type: none"> Leite Mamão e melão 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Frutas picadas (3 frutas diferentes)
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Carne bovina em cubos de panela com legumes Batata doce fatiada assada com temperos Saladas: repolho e cenoura ralados e beterraba cozida Frutas: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta ou quixerinha Carne suína refogadinha com temperos Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura, brócolis e chuchu cozidos Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com queijo e orégano (massa caseira sem açúcar). Cupcake de cacau com banana e uva passas,, sem açúcar Melancia no palito de picolé Mesa de frutas ou salada de frutas Suco de frutas natural sem açúcar ou suco de uva integral sem açúcar. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assada Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface).
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite Pêra 	<ul style="list-style-type: none"> Leite banana ou vitamina de leite com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Manga e melão 	<ul style="list-style-type: none"> Mamão ou vitamina de leite com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de frutas (3 frutas variadas)
	JANTAR (16:0) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne bovina (cubos) de panela Batata doce fatiada assada com temperos Saladas: repolho e cenoura ralados e beterraba cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta ou quixerinha Carne suína refogadinha Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Branco Feijão preto Farofa de biju com carne moída e legumes Salada de cenoura, brócolis e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) com queijo e orégano (massa caseira sem açúcar). Cupcake de cacau com banana e uva passas,, sem açúcar Melancia no palito de picolé Mesa de frutas ou salada de frutas. Suco de frutas natural sem açúcar ou suco de uva integral sem açúcar. 	<ul style="list-style-type: none"> Suco de laranja sem açúcar Sanduíche de pão caseiro com ovos mexidos <p>Pode acrescentar salada no meio do pão e montar um sanduíche (tomate, cenoura ralada, alface picadinha)</p>



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

HORÁRIOS		SEGUNDA 10/10	TERÇA 11/10	QUARTA 12/10	QUINTA 13/10	SEXTA 14/10
SEMANA 3	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão caseiro com queijo mussarela 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Banana 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) Pão de queijo 	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos Purê de batata Salada repolho ralado cru e beterraba cozida Fruta: laranja em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha. Refogado de couve ou repolho Saladas de alface e tomate 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate Salada de brócolis, cenoura e chuchu cozidos Fruta: melancia 	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Maçã Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Banana Ou vitamina de frutas com leite 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Melancia 	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Picadinho de carne bovina refogada com temperos Purê de batata Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Carne moída ao molho de tomate com milho e ervilha Refogado de couve Saladas de repolho e tomate 	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate Salada de brócolis e cenoura cozidos 	ESTUDO E PLANEJAMENTO



CARDÁPIO DOS CENTROS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL ANAJU E SONHO DE CRIANÇA DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: 1 A 4 ANOS (BERÇÁRIO II, MATERNAL I e MATERNAL II)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044

HORÁRIOS		SEGUNDA 17/10	TERÇA 18/10	QUARTA 19/10	QUINTA 20/10	SEXTA 21/10
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Pão caseiro com nata 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). Pão caseirinho (fatias) Ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Mamão
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz branco Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos Salada repolho com cenoura Fruta: laranja em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta Coxa/sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne suína de panela refogada com temperos Salada de beterraba e chuchu Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> Batata soubé Arroz Coxa e sobrecoxa de frango assada Refogado de abobrinha com cenoura Salada disponível Abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz de forno com carne moída Feijão preto Salada de couve flor e tomate.
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Manga fatiada Ou vitamina de leite c/fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de frutas ou frutas picadas separadamente (oferecer 3 frutas diferentes) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite puro Mamão
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão carioca Picadinho de carne bovina Salada repolho com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta com frango ao molho Picadinho de legumes. couve ou repolho refogado Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz Feijão preto Carne suína de panela refogada com temperos Salada de beterraba e chuchu Fruta: laranja em fatias 	<ul style="list-style-type: none"> Batata soubé Arroz Coxa e sobrecoxa de frango assada Refogado de abobrinha com cenoura Salada disponível 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de camomila Torta salgada de carne moída

Caboitiá, brócolis, abobrinha e outros legumes incluir na composição dos cardápios.

Textura / consistência da alimentação a partir de 1 ano : alimentos cortados, passar gradativamente para a alimentação da família, sempre respeitando a individualidade da criança

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.

Emanoli M. Moreira

Simone R. B. Brandini

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Semana 01 manhã	347,8	51,3	16,1	9,8	28,3	51	164,9	1,9
Semana 01 tarde	307,9	46,8	13,9	8,5	30,3	52,9	170,1	1,6
Semana 02 manhã	332,1	49,6	14,6	9,4	22,9	42,9	121,2	1,4
Semana 02 Tarde	301,1	47,1	13,3	7,8	23,3	51,4	144,4	1,2
Semana 03 manhã	330,4	51,6	15,1	8,1	19,2	64,2	126,3	1,7
Semana 03 tarde	302,6	47	13,7	7,7	23,8	50,7	140,4	1,6
Semana 04 manhã	334,1	48,9	15,1	9,7	24,8	45,5	121,8	1,7
Semana 04 tarde	305,8	42,8	13,8	9,8	27,1	35,1	140,9	1,5
Referências 20% das Necessidades diárias	304	42-49	8-11	8-12	63	4	150	1