



Cardápio

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)

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

ESCOLAS MUNICIPAIS

FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL

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

LICITAÇÃO -2022/2023



Cardápio

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ

FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)

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

Remessa 05- Período de 21 de novembro a 16 de dezembro de 2022 - CARDÁPIO PADRÃO

DIAS	SEMANAS	Segunda-feira Dia: 21/11	Terça-feira Dia: 22/11	Quarta-feira Dia: 23/11	Quinta-feira Dia: 24/11	Sexta-feira Dia: 25/11
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	- Macarronada caseira à bolonhesa (Carne moída em molho) - Salada mista de alface e tomate	- Leite com café - Pão caseiro com margarina ou nata - Banana	- Feijão preto - Arroz branco - Carne suína de panela refogada com temperos - Salada de repolho - Laranja fatiada	- Sanduíche de carne (pão de lanche e carne moída ao molho) - Suco de polpa de frutas ou suco de uva integral sem açúcar - Maçã	- Arroz carreteiro (carne em cubos, arroz e legumes) - Salada de vagem, chuchu e cenoura cozidas
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	- Polenta - Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos - Salada alface com tomate	- Risoto de frango com mix de legumes - Salada de beterraba com cenoura cozidos - Banana - ou forno: arroz, coxa sobrecoxa assada com batatas doce ou inglesa)	- Feijão preto - Arroz Branco - Farofa de legumes com carne moída - Laranja fatiada	- Biscoito salgado gergelim - Iogurte de frutas - Maçã	- Arroz branco - Carne bovina em cubos ao molho com temperos - Mandioca cozida - Salada de repolho com cenoura ralada
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	- Macarrão parafuso ao molho de peito de frango picadinho - Salada de alface e tomate	- Bolo de cenoura - Leite com café - Banana	- Feijão carioca - Arroz Branco - Carne bovina em cubos com temperos - Purê de batatas - Laranja fatiada	- Sanduíche de carne moída (pão de lanche e carne moída ao molho) - Chá mate natural - Maçã	- Risoto de frango e legumes - Salada de repolho e cenoura 1 fatia de melancia
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	- Feijão preto - Arroz Branco - Carne moída refogada com cheiro verde e temperos - Salada de alface	- Bolacha caseira - Chá de ervas	- Arroz - Carne bovina moída ao sugo (molho vermelho) - Cabotiá refogado - Salada de repolho - Laranja fatiada	- Macarrão espaguete com carne bovina em cubos ao molho - Salada de tomate	- Polenta - Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos - Salada mista

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.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Semana 01	348	51,8	16	9,7
Semana 02	325,8	52	11,7	8,3
Semana 03	334,8	49,2	14	9,3
Semana 04	326,3	50,4	13	8,2
Referências 20% das Necessidades diárias	329	45-53	8-12	9-13

Emanali M. Moreira

Simone R. B. Brandini