



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.

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

Frutas e hortaliças poderão ter inversão de dia ofertado devido a ponto de maturação, mas terão a oferta na semana. Salada de frutas e frutas variadas picadas, poderão ser servidas em substituição a fruta do dia.

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 10 – PERÍODO DE 03 DE JUNHO A 28 DE JUNHO - **CARDÁPIO APLV - ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA**

HORÁRIOS		SEGUNDA 03/06	TERÇA 04/06	QUARTA 05/06	QUINTA 06/06	SEXTA 07/06
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 de queijo (USAR LEITE DE SOJA NA MASSA E NÃO COLOCAR QUEIJO). 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). ● Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Mamão e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). ● Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão carioca ● Carne bovina picada em cubos refogada com temperos ● BATATAS AMASSADAS ● 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 ● Farofa de biju com carne moída e legumes ● Salada de cenoura e chuchu cozidos ● Fruta: Manga 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão carioca ou lentilha ● Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E USAR LEITE DE SOJA NO PREPARO). ● Salada de beterraba ● 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 cabotia ● Salada de frutas ou frutas picadas
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Banana ● Ou vitamina de LEITE DE SOJA com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Manga ● Ou vitamina de LEITE DE SOJA com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Mamão e maçã ● Ou vitamina de LEITE DE SOJA com frutas 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Salada de frutas ou frutas picadas ou vitamina de LEITE DE SOJA com frutas
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão carioca ● Carne bovina picada em cubos refogada com temperos ● BATATAS AMASSADAS ● 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 ● Farofa de biju com carne moída e legumes ● Salada de cenoura e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão carioca ou lentilha ● Panqueca colorida de carne moída (colocar cenoura na massa E USAR LEITE DE SOJA NO PREPARO) ● Salada de beterraba ● 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 10/06	TERÇA 11/06	QUARTA 12/06	QUINTA 13/06	SEXTA 14/06
SEMANA 2	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> ●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). ●Crepioça (ovos, farinha de tapioca e sal). 	<ul style="list-style-type: none"> ●CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ●Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). ●Pão caseirinho com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> ●CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ●Maçã e mamão 	<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 laranja com mamão)
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> ●Feijão preto ●Carne bovina em cubos de panela com legumes ●Batata doce fatiada assada com temperos ●Saladas: repolho e cenoura ralados ●Frutas: laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> ●Polenta ou Quirerinha ●Carne suína refogada com temperos ●Couve ou repolho refogado ●Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> ●Arroz branco ●Feijão preto ●Carne moída refogada com cheiro verde ●Salada de cenoura e chuchu cozidos Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> ●Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate ●Salada de cenoura cozida ●Fruta: Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ●Arroz branco ●Feijão carioca ●Coxa e sobrecoxa assada ●Salada colorida (repolho, tomate, cenoura, alface). ●Salada de frutas ou frutas picadas
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ●CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ●laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ●CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ●Banana ●Ou vitamina de LEITE DE SOJA com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ●CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ●Manga ●Ou vitamina de LEITE DE SOJA com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ●CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ●Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ●CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ●Salada de frutas ou frutas picadas ou vitamina de LEITE DE SOJA com frutas
	JANTAR (16:0) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ●Feijão preto ●Carne bovina em cubos de panela com legumes ●Batata doce fatiada assada com temperos ●Saladas: repolho e cenoura ralados 	<ul style="list-style-type: none"> ●Polenta ou Quirerinha ●Carne suína refogada ●Couve ou repolho refogado ●Saladas: alface e tomate. 	<ul style="list-style-type: none"> ●Arroz branco ●Feijão preto ●Carne moída refogada com cheiro verde ●Salada de cenoura e chuchu cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> ●Macarronada caseira com peito de frango picado ao molho de tomate ●Salada de cenoura cozida 	<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 17/06	TERÇA 18/06	QUARTA 19/06	QUINTA 20/06	SEXTA 21/06
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 DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) ● Pão caseiro COM DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). ● Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) SEM QUEIJO e com orégano (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE). 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Mamão e maçã
	ALMOÇO (10:45) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão carioca ● Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos ● BATATAS AMASSADAS ● Salada de alface ● Fruta: laranja 	<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 	<ul style="list-style-type: none"> ● Arroz branco ● Feijão preto ● Escondidinho de mandioca com carne moída (USAR LEITE DE SOJA NO PURÊ). ● Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface). ● Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão ou lentilha ● Macarrão gravatinha com molho de frango ● Salada de beterraba ● Fruta: melão 	<ul style="list-style-type: none"> ● Arroz branco ● Feijão preto ● Coxa/sobrecoxa de frango assada ● Refogado de abobrinha com cenoura
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Banana ● Ou vitamina de LEITE DE SOJA COM FRUTA. 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Manga ● Ou vitamina de leite DE SOJA COM fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Melão (pedaços) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Salada de frutas ou Mamão e maçã Ou vitamina de leite DE SOJA COM fruta
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão carioca ● Picadinho de carne bovina em cubos refogado com temperos ● BATATAS AMASSADAS ● Salada de alface 	<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 	<ul style="list-style-type: none"> ● Arroz branco ● Feijão preto ● Escondidinho de mandioca com carne moída (USAR LEITE DE SOJA NO PURÊ). ● Salada colorida (repolho, tomate, cenoura e alface). 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão ou lentilha ● Macarrão gravatinha com molho de frango ● Salada de beterraba 	<ul style="list-style-type: none"> ● Suco de uva integral sem açúcar ● Mini pizza de legumes ou carne (moída ou frango) SEM QUEIJO e com orégano (massa caseira sem açúcar E SEM LEITE).



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 24/06	TERÇA 25/06	QUARTA 26/06	QUINTA 27/06	SEXTA 28/06
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Pão caseiro COM DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Mamão e banana 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). ● Pão caseirinho ● 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"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Banana e maçã
	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 tomate ● 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 temperada e assada ou de panela ● Salada de beterraba e chuchu ● Fruta: Manga 	<ul style="list-style-type: none"> ● Arroz branco ● Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas ● Refogado de abobrinha com cenoura ● Salada mista ● Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ● Arroz de forno com carne moída ● Feijão preto ● Salada de tomate
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Mamão e Banana Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ● Suco de fruta natural ● Bolo de aveia sem açúcar, com cacau, banana e uvas passas. 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Maçã ● Ou vitamina de leite c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR OU LEITE DE SOJA ● Banana e maçã ● Ou vitamina de LEITE DE SOJA c/ fruta
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ● Feijão carioca ● Arroz branco ● Picadinho de carne bovina em cubos refogada com temperos ● Salada repolho com tomate 	<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 temperada e assada ou de panela ● Salada de beterraba e chuchu ● Fruta: manga 	<ul style="list-style-type: none"> ● Arroz branco ● Coxa e sobrecoxa de frango assada com batatas ● Refogado de abobrinha com cenoura ● Salada mista 	<ul style="list-style-type: none"> ● Suco de uva integral ● Torta salgada de carne moída (USAR LEITE DE SOJA NA MASSA) ou arroz de forno com salada colorida (3 tipos). NÃO USAR QUEIJO NO ARROZ DE FORNO.

Cabotiá, brócolis, abobrinha, ora-pro-nobis, espinafre, temperos naturais em geral, 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. Salada de frutas e frutas variadas picadas, poderão ser servidas em substituição a uma fruta.

Emmanueli M. Moreira

Simone R. B. Brandini