



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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

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 pela nutricionista, 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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606




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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

REMESSA 03 – PERÍODO : 07 DE OUTUBRO a 01 DE NOVEMBRO DE 2024

CARDÁPIO ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 07/10	TERÇA DIA 08/10	QUARTA DIA 09/10	QUINTA DIA 10/10	SEXTA DIA 11/10
SEM 01	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 E NÃO USAR QUEIJO) 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas Crepioça 	<ul style="list-style-type: none"> Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira). Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR 	<ul style="list-style-type: none"> LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR Mamão e maçã 	<p>8:00 e as 13:30: frutas</p> 
	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). Salada de beterraba Fruta: Abacaxi em fatias ou picadinho 	<p>As 9:30 e às 15:00 horas COMEMORAÇÃO SAUDÁVEL DE DIA DAS CRIANÇAS</p> <p>Mesa de frutas: pera , uva, melancia, banana, abacaxi, melão, manga (montagem divertida) Suco de uva integral sem açúcar e sucos naturais de frutas</p>
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR Banana Ou vitamina de LEITE DE SOJA c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR Manga Ou vitamina de LEITE DE SOJA c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR Mamão e maçã Ou vitamina de LEITE DE SOJA c/ fruta 	<p>Mini pizza caseira sabores carne, frango e legumes Bolo sem açúcar (receita) Docinhos saudável (tipo beijinho/brigadeiro)-receita</p>
	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) Salada de beterraba Fruta: Abacaxi em fatias ou picadinho 	



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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 14/10	TERÇA DIA 15/10	QUARTA DIA 16/10	QUINTA DIA 17/10	SEXTA 18/10
SEMANA 2	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> •Chá de ervas sem açúcar •Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS 	<ul style="list-style-type: none"> •LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR •Banana 	<ul style="list-style-type: none"> •LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR •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"> •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 e abobrinha refogada. •Fruta: laranja 	<ul style="list-style-type: none"> •Arroz branco •Feijão carioca •Coxa e sobrecoxa assada •Batata doce fatiada 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"> •LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR •Banana •Ou vitamina de LEITE DE SOJA com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> •LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR •Manga 	<ul style="list-style-type: none"> •LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR •Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> •LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR •Salada de frutas ou frutas picadas
	JANTAR (16:00) Alunos da tarde		<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 e abobrinha refogada. 	<ul style="list-style-type: none"> •Suco de laranja sem açúcar •Sanduíche de pão caseiro com ovos mexidos Pode acrescentar salada no meio do pão e montar um sanduíche (tomate, cenoura ralada, alface picadinha)



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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 21/10	TERÇA DIA 22/10	QUARTA DIA 23/10	QUINTA DIA 24/10	SEXTA 25/10
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 DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR 	<ul style="list-style-type: none"> ●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) ●Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR 	<ul style="list-style-type: none"> ●LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ●Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● Mameo e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ●Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) ●Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
	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 NA MASSA) ●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"> ●LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ●Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ●LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ●Banana Ou vitamina de LEITE DE SOJA com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ●LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ●Manga Ou vitamina de LEITE DE SOJA com fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ●LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ●Mamão e maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ●Salada de frutas
	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 NA MASSA) ●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"> ●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 PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

HORÁRIOS		SEGUNDA DIA 28/10	TERÇA DIA 29/10	QUARTA DIA 30/10	QUINTA DIA 31/10	SEXTA 01/11
SEMANA 4	DESJEJUM (8:00) Alunos da manhã	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● Pão caseiro com DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) ● Pão de queijo (USAR LEITE DE SOJA E NÃO USAR QUEIJO) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, cidreira e erva doce). ● Pão caseiro ● Ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● Mamão e banana 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● Banana e pera
	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/sobrecoxa 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 colorida
	LANCHE (14:00) Alunos da tarde	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● Mamão e Banana Ou vitamina de LEITE DE SOJA c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● Maçã Ou vitamina de LEITE DE SOJA c/ fruta 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chá de ervas sem açúcar (camomila, erva doce ou cidreira) ● Crepioca (ovos, farinha de tapioca e sal) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA OU CHÁ DE ERVAS SEM AÇÚCAR ● Banana e pera 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/sobrecoxa 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 laranja natural ● Torta salgada de carne moída ou arroz de forno com salada colorida (3 tipos). USAR LEITE DE SOJA NA MASSA.

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 pela nutricionista, 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.

Simone R. B. Brandini