



**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR**  
 DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
 merendaescolarmauadaserra@outlook.com  
 Nutricionista: Édila Amanda L. da Cruz

## **CARDÁPIO NOVEMBRO 2022**

### **Ensino fundamental**

### **ESCOLA PAULO HARUO - DIABETES**

| <b>REFEIÇÃO / DATA</b> | <b>2ºFEIRA 07/11</b>                               | <b>3ºFEIRA 08/11</b>   | <b>4ºFEIRA 09/11</b>                                    | <b>5ºFEIRA 10/11</b>  | <b>6ºFEIRA 11/11</b>                             |
|------------------------|--|--|---|---|--|
| <b>LANCHE</b>          | QUIRERA COM LINGUIÇA                               | CANJICA COM ADOÇANTE FRUTA                                     | ARROZ INTEGRAL /FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA             | QUIBE ASSADO SUCO SEM AÇÚCAR FRUTA                                    | ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA     |
| <b>REFEIÇÃO / DATA</b> | <b>2ºFEIRA 14/11</b>                               | <b>3ºFEIRA 15/11</b>   | <b>4ºFEIRA 16/11</b>                                    | <b>5ºFEIRA 17/11</b>  | <b>6ºFEIRA 18/11</b>                             |
| <b>LANCHE</b>          | <b>RECESSO</b>                                     | <b>FERIADO</b>   | SOPA DE MACARRÃO INTEGRAL COM LEGUMES E CARNE MOÍDA     | SANDUICHE INTEGRAL NATURAL SUCO SEM AÇÚCAR FRUTA                      | ARROZ INTEGRAL/FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA       |
| <b>REFEIÇÃO / DATA</b> | <b>2ºFEIRA 21/11</b>                               | <b>3ºFEIRA 22/11</b>   | <b>4ºFEIRA 23/11</b>                                    | <b>5ºFEIRA 24/11</b>  | <b>6ºFEIRA 25/11</b>                             |
|                        | MACARRONADA INTEGRAL COM CARNE MOÍDA SALADA        | BOLO INTEGRAL DE CENOURA COM LLEITE COM CACAU E ADOÇANTE FRUTA | ARROZ INTEGRAL /FEIJÃO MÚSCULO COZIDO COM BATATA SALADA | PÃO INTEGRAL CASEIRO COM REQUEIJÃO E LEITE COM CACAU E ADOÇANTE FRUTA | ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ALMONDEGAS AO MOLHO SALADA |
| <b>REFEIÇÃO / DATA</b> | <b>2ºFEIRA 28/11</b>                               | <b>3ºFEIRA 29/11</b>   | <b>4ºFEIRA 30/11</b>                                    | <b>5ºFEIRA 01/12</b>  | <b>6ºFEIRA 02/12</b>                             |
| <b>LANCHE</b>          | ARROZ INTEGRAL TEMPERADO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES | BOLO INTEGRAL DE COCO BEBIDA LACTEA SEM AÇÚCAR FRUTA           | ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PERNIL ASSADO SALADA              | PÃO INTEGRAL FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E SUCO SEM AÇÚCAR FRUTA          | ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO AO MOLHO            |

\*cardápio sujeito a alteração

Édila Amanda L. da Cruz  
 Nutricionista CRN8: 8242