



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

## CARDÁPIO OUTUBRO 2022

### Ensino fundamental

### ESCOLA YUKIO UEMURA - DIABETES

REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 03/10	3ºFEIRA 04/10	4ºFEIRA 05/10	5ºFEIRA 06/10	6ºFEIRA 07/10
LANCHE	SOPA DE MACARRÃO INTEGRAL COM LEGUMES E CARNE MOÍDA	QUIBE ASSADO SUCO COM ADOÇANTE FRUTA 120G	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA	TORTA INTEGRAL DE FRANGO COM SUCO COM ADOÇANTE FRUTA 120G	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA
REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 10/10	3ºFEIRA 11/10	4ºFEIRA 12/10	5ºFEIRA 13/10	6ºFEIRA 14/10
LANCHE	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO	SANDUICHE INTEGRAL NATURAL E SUCO COM ADOÇANTE FRUTA 120G	FERIADO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 17/10	3ºFEIRA 18/10	4ºFEIRA 19/10	5ºFEIRA 20/10	6ºFEIRA 21/10
	MACARRONADA INTEGRAL COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLO INTEGRAL DE CENOURA COM LEITE E CACAU E ADOÇANTE FRUTA 120G	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO MÚSCULO COZIDO SALADA	PÃO INTEGRAL FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E SUCO FRUTA 120G	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA
REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 24/10	3ºFEIRA 25/10	4ºFEIRA 26/10	5ºFEIRA 27/10	6ºFEIRA 28/10
LANCHE	ARROZ INTEGRAL TEMPERADO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES	BOLO INTEGRAL DE FUBÁ BEBIDA LACTEA SEM AÇÚCAR FRUTA 120G	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PERNIL ASSADO SALADA	PÃO CASEIRO INTEGRAL COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE FRUTA 120G	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA
REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 31/10	3ºFEIRA 01/11	4ºFEIRA 02/11	5ºFEIRA 03/11	6ºFEIRA 04/11
LANCHE	POLENTA COM CARNE MOÍDA	BOLO INTEGRAL DE COCO COM LEITE E CACAU E ADOÇANTE FRUTA 120G FRUTA 120G	FERIADO	PÃO INTEGRAL COM OVO MEXIDO E SUCO COM ADOÇANTE FRUTA 120G	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO LINGUIÇA ASSADA SALADA

\*cardápio sujeito a alteração

Édila Amanda L. da Cruz  
Nutricionista CRN8: 8242