



## SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR

DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
merendaescolarmauadaserra@outlook.com

Nutricionista: Édila Amanda L. da Cruz

### CARDÁPIO MARÇO 2023

#### CMEI - SEMENTINHAS DE VIDA - sem lactose

REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 06/03	3ºFEIRA 07/03	4ºFEIRA 08/03	5ºFEIRA 09/03	6ºFEIRA 10/03
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE SEM LACTOSE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DOCE	LEITE SEM LACTOSE COM FRUTA S/ AÇÚCAR PÃO FRANCÊS	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	SUCO PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA	ARROZ/FEIJÃO MUSCULO SALADA	ARROZ/FEIJÃO BIFINHO SALADA
CAFÉ DA TARDE	LEITE SEM LACTOSE COM CACAU COM BISCOITO DE POLVILHO	FRUTA 120G	FRUTA 120G	FRUTA 120G	FRUTA 120G
JANTAR	POLENTA COM CARNE MOÍDA E LEGUMES	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E LEGUMES	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO CARNE BOVINA E LEGUMES	MACARRONADA COM BIFE EM TIRAS COM SALADA
REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 13/03	3ºFEIRA 14/03	4ºFEIRA 15/03	5ºFEIRA 16/03	6ºFEIRA 17/03
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE SEM LACTOSE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DOCE	LEITE SEM LACTOSE COM FRUTA S/ AÇÚCAR PÃO FRANCÊS	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	SUCO PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA	ARROZ/FEIJÃO PEIXE AO MOLHO SALADA
CAFÉ DA TARDE	BOLACHA DE AGUA E SAL COM SUCO DE SOJA	FRUTA 120G	FRUTA 120G	FRUTA 120G	FRUTA 120G
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA E LEGUMES	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E LEGUMES	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES	MACARRONADA COM BIFE
REFEIÇÃO/ DATA	2ºFEIRA 20/03	3ºFEIRA 21/03	4ºFEIRA 22/03	5ºFEIRA 23/03	6ºFEIRA 24/03
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE SEM LACTOSE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DOCE	LEITE SEM LACTOSE COM FRUTA S/ AÇÚCAR PÃO FRANCÊS	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	SUCO PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA	ARROZ/FEIJÃO BIFINHO SALADA	ARROZ/FEIJÃO OMELETE SALADA

<b>CAFÉ DA TARDE</b>	LEITE SEM LACTOSE COM CACAU E BISCOITO DE POLVILHO	FRUTA 120G	FRUTA 120G	FRUTA 120G	FRUTA 120G
<b>JANTAR</b>	POLENTA COM CARNE MOÍDA E LEGUMES	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E LEGUMES	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES	MACARRONADA COM BIFE EM TIRAS E SALADA	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES
<b>REFEIÇÃO/ DATA</b>	<b>2ºFEIRA 27/03</b>	<b>3ºFEIRA 28/03</b>	<b>4ºFEIRA 29/03</b>	<b>5ºFEIRA 30/03</b>	<b>6ºFEIRA 31/03</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	LEITE SEM LACTOSE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DOCE	LEITE SEM LACTOSE COM FRUTA S/ AÇÚCAR PÃO FRANCÊS	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	LEITE SEM LACTOSE CACAU S/ AÇÚCAR PÃO CASEIRO	SUCO PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA	ARROZ/FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA	ARROZ/FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES SALADA	ARROZ/FEIJÃO MUSCULO SALADA
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	BOLO SEM AÇÚCAR E LEITE SEM LACTOSE COM CACAU	FRUTA 120G	FRUTA 120	FRUTA 120G	FRUTA 120G
<b>JANTAR</b>	ARROZ TEMPERADO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO COM LEGUMES	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES	ARROZ TEMPERADO COM OVOS E LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES