



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

CARDÁPIO NOVEMBRO 2023

Ensino fundamental - ESCOLA PAULO HARUO - SEM GLÚTEN

| REFEIÇÃO DATA | 2ºFEIRA 06/11 | 3ºFEIRA 07/11 | 4ºFEIRA 08/11 | 5ºFEIRA 09/11 | 6ºFEIRA 10/11 |
|------------------|--|---|---|---|--|
| LANCHE | SOPA DE MACARRÃO DE ARROZ COM CARNE MOÍDA E LEGUMES | BOLACHA SEM GLUTEN E LEITE DE CASTANHA | ARROZ/FEIJÃO MUSCULO COZIDO SALADA DE ACELGA | BOLACHINHA DE ARROZ COM SUCO DE UVA PÊSSEGO | ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE TOMATE PÊSSEGO |
| REFEIÇÃO DATA | 2ºFEIRA 13/11 | 3ºFEIRA 14/11 | 4ºFEIRA 15/11 | 5ºFEIRA 16/11 | 6ºFEIRA 17/11 |
| LANCHE | ARROZ TEMPERADO COM FRANGO DESFIADO E LEGUMES | ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA DE CENOURA COZIDA | FERIADO | POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO BETERRABA RALADA MAÇÃ | ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO ASSADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ |
| REFEIÇÃO DATA | 2ºFEIRA 20/11 | 3ºFEIRA 21/11 | 4ºFEIRA 22/11 | 5ºFEIRA 23/11 | 6ºFEIRA 24/11 |
| LANCHE | MACARRONADA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA E SALADA DE CENOURA RALADA | BOLACHA SEM GLUTEN E LEITE DE CASTANHA | ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE ABOBRINHA COZIDA | SANDUICHE COM PÃO SEM GLÚTEN NATURAL COM FRANGO DESFIADO SUCO DE UVA ABACAXI | ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA AO MOLHO SALADA DE PEPINO ABACAXI |
| REFEIÇÃO DATA | 2ºFEIRA 27/11 | 3ºFEIRA 28/11 | 4ºFEIRA 29/11 | 5ºFEIRA 30/11 | 6ºFEIRA 01/12 |
| LANCHE | QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES | PÃO SEM GLÚTEN COM LEITE DE CASTANHA | ARROZ/FEIJÃO LINGUIÇA ASSADA SALADA COUVE | CREPIOCA DE CARNE MOÍDA COM LEGUMES SUCO DE UVA MAMÃO | ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA CHUCHU COM CENOURA COZIDA MAMÃO |

*cardápio sujeito a alteração

Édila Amanda L. da Cruz
Nutricionista CRN8: 8242