



**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**

<b>REFEIÇÃO DATA</b>	<b>2ºFEIRA 06/11</b>	<b>3ºFEIRA 07/11</b>	<b>4ºFEIRA 08/11</b>	<b>5ºFEIRA 09/11</b>	<b>6ºFEIRA 10/11</b>
<b>LANCHE</b>	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
<b>REFEIÇÃO DATA</b>	<b>2ºFEIRA 13/11</b>	<b>3ºFEIRA 14/11</b>	<b>4ºFEIRA 15/11</b>	<b>5ºFEIRA 16/11</b>	<b>6ºFEIRA 17/11</b>
<b>LANCHE</b>	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO DESFIADO E LEGUMES	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA DE CENOURA COZIDA	<b>FERIADO</b>	POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO BETERRABA RALADA MAÇÃ	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO ASSADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ
<b>REFEIÇÃO DATA</b>	<b>2ºFEIRA 20/11</b>	<b>3ºFEIRA 21/11</b>	<b>4ºFEIRA 22/11</b>	<b>5ºFEIRA 23/11</b>	<b>6ºFEIRA 24/11</b>
<b>LANCHE</b>	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
<b>REFEIÇÃO DATA</b>	<b>2ºFEIRA 27/11</b>	<b>3ºFEIRA 28/11</b>	<b>4ºFEIRA 29/11</b>	<b>5ºFEIRA 30/11</b>	<b>6ºFEIRA 01/12</b>
<b>LANCHE</b>	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