



## CARDÁPIO JULHO 2025

### Ensino fundamental - ESCOLA PAULO HARUO

| REFEIÇÃO<br>DATA     | 2ºFEIRA<br>07/07                                                   | 3ºFEIRA<br>08/07                                            | 4ºFEIRA<br>09/07                                                                   | 5ºFEIRA<br>10/07                                     | 6ºFEIRA<br>11/07                                                                |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | PÃO FRANCÊS<br>COM MANTEIGA<br>LEITE COM<br>CHOCOLATE 50%          | BOLO DE FUBÁ<br>COM LEITE E<br>CHOCOLATE<br>50%             | TORTA DE<br>CARNE MOÍDA<br>LEGUMES E CHÁ<br>BANANA                                 | <b>FESTA JUNINA</b>                                  | PÃO DOCE COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM<br>CHOCOLATE 50%                          |
| <b>ALMOÇO</b>        | ARROZ/FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>COM CENOURA<br>SALADA DE<br>TOMATE  | ARROZ/FEIJÃO<br>PERNIL DE<br>PORCO<br>SALADA DE<br>ACELGA   | ARROZ/FEIJÃO<br>COXA E<br>SOBRECOXA AO<br>MOLHO<br>POLENTA<br>SALADA DE<br>REPOLHO |                                                      | ARROZ/FEIJÃO<br>PRETO<br>BIFE EM TIRAS<br>SALADA DE<br>COUVE                    |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | BOLO DE FUBÁ<br>COM LEITE E<br>CHOCOLATE 50%                       | TORTA DE<br>CARNE MOÍDA<br>LEGUMES E<br>CHÁ<br>BANANA       | ARROZ/FEIJÃO<br>COXA E<br>SOBRECOXA AO<br>MOLHO<br>POLENTA<br>SALADA DE<br>REPOLHO |                                                      | POLENTA COM<br>CARNE MOÍDA E<br>SALADA DE<br>COUVE                              |
| REFEIÇÃO<br>DATA     | 2ºFEIRA<br>28/07                                                   | 3ºFEIRA<br>29/07                                            | 4ºFEIRA<br>30/07                                                                   | 5ºFEIRA<br>31/07                                     | 6ºFEIRA<br>01/08                                                                |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | PÃO FRANCÊS<br>COM MANTEIGA E<br>LEITE COM<br>CHOCOLATE 50%        | BOLO DE COCO<br>E LEITE COM<br>CHOCOLATE<br>50%             | LEITE COM<br>CHOCOLATE<br>50% E BOLACHA<br>MAÇA                                    | PÃO COM CARNE<br>MOÍDA E SUCO                        | PÃO CASEIRO<br>COM REQUEIJÃO<br>E LEITE COM<br>CHOCOLATE 50%                    |
| <b>ALMOÇO</b>        | ARROZ/FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>COM BATATA E<br>SALADA DE<br>TOMATE | ARROZ/FEIJÃO<br>MÚSCULO<br>SALADA DE<br>REPOLHO             | ARROZ/FEIJÃO<br>PERNIL DE<br>PORCO FAROFA<br>SALADA DE<br>BROCOLIS                 | ARROZ/FEIJÃO<br>BIFE EM TIRAS<br>SALADA DE<br>ALFACE | ARROZ/FEIJÃO<br>COXA E<br>SOBRECOXA<br>ASSADA COM<br>BATATA SALADA<br>DE PEPINO |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | BOLO DE COCO<br>E LEITE COM<br>CHOCOLATE 50%                       | MACARRONADA<br>COM CARNE<br>MOÍDA E<br>SALADA DE<br>REPOLHO | ARROZ/FEIJÃO<br>PERNIL DE<br>PORCO FAROFA<br>SALADA DE<br>BROCOLIS                 | PÃO COM CARNE<br>MOÍDA E SUCO<br>MAÇA                | ARROZ<br>TEMPERADO<br>COM FRANGO E<br>LEGUMES                                   |

\*cardápio sujeito a alteração

| MODALIDADE DE ENSINO | TURNO      | DIAS LETIVOS | RECOMENDADO<br>KCAL/DIA | MÉDIA MENSAL<br>KCAL/DIA | ADEQUAÇÃO<br>% |
|----------------------|------------|--------------|-------------------------|--------------------------|----------------|
| PRÉ ESCOLA           | INTEGRAL   | 10           | 945                     | 986,78                   | 104,42         |
|                      | MATUTINO   | 10           | 630                     | 650,78                   | 103,30         |
|                      | VERPERTINO | 10           | 270                     | 336,01                   | 124,45         |
|                      | INTEGRAL   | 10           | 1150                    | 1366,12                  | 118,79         |



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

|             |            |    |     |        |        |
|-------------|------------|----|-----|--------|--------|
| FUNDAMENTAL | MATUTINO   | 10 | 821 | 909,82 | 110,82 |
|             | VERPERTINO | 10 | 329 | 456,29 | 135,69 |