



## CARDÁPIO MARÇO 2025

### Ensino fundamental - ESCOLA PAULO HARUO

REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 03/03	3ºFEIRA 04/03	4ºFEIRA 05/03	5ºFEIRA 06/03	6ºFEIRA 07/03
CAFÉ DA MANHÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E CHÁ	PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E CHÁ
ALMOÇO				ARROZ/FEIJÃO MUSCULO COM MANDIOCA SALADA TOMATE	ARROZ/FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA ALFACE
CAFÉ DA TARDE				SOPA DE MACARRÃO E MÚSCULO COM LEGUMES	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SALADA DE TOMATE
REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 10/03	3ºFEIRA 11/03	4ºFEIRA 12/03	5ºFEIRA 13/03	6ºFEIRA 14/03
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 55%	BOLO DE FUBÁ COM LEITE E CHOCOLATE 55%	PÃO DE QUEIJO E LEITE COM CHOCOLATE 55%	SANDUICHE NATURAL COM SUCO E CAQUI	PÃO CASEIRO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 55%
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO MÚSCULO SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO FAROFA DE LEGUMES MACARRONADA COM CARNE MOÍDA COUVE
CAFÉ DA TARDE	BOLO DE FUBÁ COM LEITE E CHOCOLATE 55%	PÃO DE QUEIJO E LEITE COM CHOCOLATE 55%	SOPA DE MACARRÃO COM BIFE EM TIRAS E LEGUMES	SANDUICHE NATURAL COM SUCO E CAQUI	POLENTA COM CARNE MOÍDA E SALADA DE ALFACE
REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 17/03	3ºFEIRA 18/03	4ºFEIRA 19/03	5ºFEIRA 20/03	6ºFEIRA 21/03
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E LEITE COM CHOCOLATE 55%	BOLO DE CENOURA E LEITE COM CHOCOLATE 55%	LEITE COM CHOCOLATE 55% E BOLACHA	PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO MELANCIA	PÃO CASEIRO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 55%
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO MUSCULO COM BATATA E SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO COM SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE ALFACE	ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA SALADA DE REPOLHO
CAFÉ DA TARDE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES	BOLO DE CENOURA E LEITE COM CHOCOLATE	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES	PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO MELANCIA	CANJA DE FRANGO COM LEGUMES



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

		55%			
REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 24/03	3ºFEIRA 25/03	4ºFEIRA 26/03	5ºFEIRA 27/03	6ºFEIRA 28/03
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E LEITE COM CHOCOLATE 55%	BOLO COCO COM LEITE E CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATE 55% E BOLACHA	PÃO COM OVOS MEXIDOS E SUCO LARANJA	PÃO CASEIRO COM GELÉIA E LEITE COM CHOCOLATE 55%
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO	ARROZ/FEIJÃO ALMONDEGAS AO MOLHO SALADA DE ALFACE	ARROZ/FEIJÃO MUSCULO COM BATATA E SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE PEPINO
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	SOPA DE MACARRÃO COM BIFE EM TIRAS E LEGUMES	BOLO COCO COM LEITE E CHOCOLATE	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA	PÃO COM OVOS MEXIDOS E SUCO LARANJA	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES
REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 31/03	3ºFEIRA 01/04	4ºFEIRA 02/04	5ºFEIRA 03/04	6ºFEIRA 04/04
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E LEITE COM CHOCOLATE 55%	BOLO DE CHOCOLATE COM LEITE E CHOCOLATE 55%	QUIBE ASSADO COM SUCO	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE BANANA	PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE 55%
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO MUSCULO COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	ARROZ/FEIJÃO LINGUIÇA SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE ALFACE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE TOMATE
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	BOLO DE CHOCOLATE COM LEITE E CHOCOLATE 55%	QUIBE ASSADO COM SUCO	QUIRERA COM LINGUIÇA E LEGUMES	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE BANANA	MACARRONADA COM FRANGO DESFIADO SALADA DE BROCOLIS

\*cardápio sujeito a alteração

MODALIDADE DE ENSINO	TURNO	DIAS LETIVOS	RECOMENDADO KCAL/DIA	MÉDIA MENSAL KCAL/DIA	ADEQUAÇÃO %
PRÉ ESCOLA	INTEGRAL	22	945	890,92	94,28%
	MATUTINO	22	630	629,82	99,97%
	VERPERTINO	22	270	261,10	96,70%
FUNDAMENTAL	INTEGRAL	22	1150	1182,92	102,86%
	MATUTINO	22	821	836,20	101,85%
	VERPERTINO	22	329	346,72	105,39%

Édila Amanda L. da Cruz  
 Nutricionista CRN8: 8242