



## SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR

DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
merendaescolarmauadaserra@outlook.com  
Nutricionista: Édila Amanda L. da Cruz

### CARDÁPIO NOVEMBRO 2025

#### CMEI – CRIANÇA ESPERANÇA

| MÉDIA SEMANA  | 2ºFEIRA 03/11                                                    | 3ºFEIRA 04/11                                                   | 4ºFEIRA 05/11                                                         | 5ºFEIRA 06/11                                                         | 6ºFEIRA 07/11                                                     |
|---------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR<br>PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA         | LEITE COM FRUTA S/ PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO                    | PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E LEITE COM CACAU                           | LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR<br>PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA              | PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM FRUTA                       |
| LANCHE MANHÃ  | MELÃO                                                            | BANANA                                                          | MELÃO                                                                 | BANANA                                                                | MELÃO                                                             |
| ALMOÇO        | ARROZ/FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>SALADA DE PEPINO E TOMATE         | ARROZ/FEIJÃO<br>PERNIL DE PORCO<br>SALADA DE TOMATE E COUVE     | ARROZ/FEIJÃO<br>FRANGO AO MOLHO<br>POLENTA SALADA DE ALFACE E CENOURA | ARROZ/FEIJÃO<br>MUSCULO COM<br>BATATA E SALADA DE REPOLHO E BETERRABA | ARROZ/FEIJÃO<br>BIFE EM TIRAS<br>SALADA DE ALFACE E COUVE FLOR    |
| CAFÉ DA TARDE | BOLO SEM AÇÚCAR COM LEITE E CACAU                                | MELÃO                                                           | BANANA                                                                | MELÃO                                                                 | BANANA                                                            |
| JANTAR        | POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA DE PEPINO E TOMATE                | QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES                           | CANJA DE FRANGO COM LEGUMES                                           | SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES                                  | MACARRONADA BIFE EM TIRAS COM SALADA DE ALFACE E COUVE FLOR       |
| MÉDIA SEMANA  | 2ºFEIRA 10/11                                                    | 3ºFEIRA 11/11                                                   | 4ºFEIRA 12/11                                                         | 5ºFEIRA 13/11                                                         | 6ºFEIRA 14/11                                                     |
| CAFÉ DA MANHÃ | LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR<br>PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA         | LEITE COM FRUTA S/ PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO                    | PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E LEITE COM CACAU                           | LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR<br>PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA              | PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM FRUTA                       |
| LANCHE MANHÃ  | MAMÃO                                                            | LARANJA LIMA                                                    | MAMÃO                                                                 | LARANJA LIMA                                                          | MAMÃO                                                             |
| ALMOÇO        | ARROZ/FEIJÃO<br>PERNIL DE PORCO<br>FAROFA DE ABOBRINHA<br>ACELGA | ARROZ/FEIJÃO<br>MÚSCULO<br>REPOLHO REFOGADO<br>SALADA DE TOMATE | ARROZ/FEIJÃO<br>BIFE EM TIRAS<br>BATATA ASSADA<br>BROCOLIS E ALFACE   | ARROZ/FEIJÃO<br>OMELETE<br>VIRADO DE COUVE<br>TOMATE                  | ARROZ/FEIJÃO<br>COXA E SOBRECOXA<br>ASSADA<br>BETERRABA E REPOLHO |
| CAFÉ DA TARDE | TORTA DE FRANGO COM SUCO                                         | MAMÃO                                                           | LARANJA LIMA                                                          | MAMÃO                                                                 | LARANJA LIMA                                                      |
| JANTAR        | SOPA DE FUBÁ COM CARNE DE PORCO E                                | SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E                                    | MACARRONADA COM BIFE E SALADA DE                                      | POLENTA COM FRANGO DESFIADO E                                         | QUIRERA COM FRANGO E LEGUMES                                      |

Édila Amanda L. da Cruz  
Nutricionista CRN8: 8242

|                      |                                                                |                                                                      |                                                                               |                                                              |                                                                |
|----------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|                      | LEGUMES                                                        | LEGUMES                                                              | BROCOLIS E ALFACE                                                             | SALADA DE TOMATE                                             |                                                                |
| <b>MÉDIA SEMANA</b>  | <b>2ºFEIRA 17/11</b>                                           | <b>3ºFEIRA 18/11</b>                                                 | <b>4ºFEIRA 19/11</b>                                                          | <b>5ºFEIRA 20/11</b>                                         | <b>6ºFEIRA 21/11</b>                                           |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR<br>PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA       | LEITE COM FRUTA S/ PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO                         | PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E LEITE COM CACAU                                   | FERIADO                                                      | RECESSO                                                        |
| <b>LANCHE MANHÃ</b>  | ABACAXI                                                        | LARANJA                                                              | ABACAXI                                                                       |                                                              |                                                                |
| <b>ALMOÇO</b>        | ARROZ/FEIJÃO<br>PERNIL DE PORCO<br>SALADA DE REPOLHO E CENOURA | ARROZ/FEIJÃO<br>ALMONDEGAS SALADA DE TOMATE E BETERRABA              | ARROZ/FEIJÃO<br>LASANHA DE CARNE MOÍDA SALADA DE ALFACE COM CENOURA           |                                                              |                                                                |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | PÃO DE QUEIJO COM LEITE E CACAU                                | ABACAXI                                                              | LARANJA                                                                       |                                                              |                                                                |
| <b>JANTAR</b>        | QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES                          | MACARRONADA COM ALMONDEGAS E SALADA DE TOMATE E BETERRABA            | POLENTA COM CARNE MOÍDA E SALADA DE ALFACE E CENOURA                          |                                                              |                                                                |
| <b>MÉDIA SEMANA</b>  | <b>2ºFEIRA 24/11</b>                                           | <b>3ºFEIRA 25/11</b>                                                 | <b>4ºFEIRA 26/11</b>                                                          | <b>5ºFEIRA 27/11</b>                                         | <b>6ºFEIRA 28/11</b>                                           |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR<br>PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA       | LEITE COM FRUTA S/ PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO                         | PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E LEITE COM CACAU                                   | LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR<br>PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA     | PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM FRUTA                    |
| <b>LANCHE MANHÃ</b>  | MELÃO                                                          | MAÇA                                                                 | MELÃO                                                                         | MAÇA                                                         | MELÃO                                                          |
| <b>ALMOÇO</b>        | ARROZ/FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>MACARRONADA<br>COUVE E TOMATE   | ARROZ/FEIJÃO<br>PERNIL DE PORCO<br>SALADA DE ALMEIRÃO E E COUVE FLOR | ARROZ/FEIJÃO<br>FILÉ DE FRANGO<br>PURÊ DE BATATA<br>SALADA DE TOMATE E CHUCHU | ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS<br>SALADA DE REPOLHO<br>BETERRABA | ARROZ/FEIJÃO<br>FILÉ DE TILAPIA<br>SALADA DE ALFACE E BROCOLIS |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | PÃO COM PATÊ DE FRANGO E SUCO                                  | MELÃO                                                                | MAÇA                                                                          | MELÃO                                                        | MAÇA                                                           |
| <b>JANTAR</b>        | POLENTA COM FRANGO E SALADA DE COUVE                           | QUIRERA COM PERNIL DE PORCO                                          | MACARRONADA COM BIFE EM TIRAS E SALADA                                        | SOPA DE FUBÁ COM FRANGO E LEGUMES                            | SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES                           |

|                      |        |              |             |              |           |
|----------------------|--------|--------------|-------------|--------------|-----------|
| MODALIDADE DE ENSINO | TURNOS | DIAS LETIVOS | RECOMENDADO | MÉDIA MENSAL | ADEQUAÇÃO |
|                      |        |              | KCAL/DIA    | KCAL/DIA     | %         |

|                 |          |    |     |        |        |
|-----------------|----------|----|-----|--------|--------|
| CMEI 1 - 3 ANOS | INTEGRAL | 18 | 708 | 767,05 | 108,34 |
|-----------------|----------|----|-----|--------|--------|