



CARDÁPIO OUTUBRO 2025

Ensino fundamental - ESCOLA YUKIO UEMURA - APLV

REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 06/10	3ºFEIRA 07/10	4ºFEIRA 08/10	5ºFEIRA 09/10	6ºFEIRA 10/10
CAFÉ DA MANHÃ	COMEMORAÇÃO DIA DA CRIANÇA	BOLO SEM LEITE FORMIGUEIRO COM LEITE DE SOJA	FALSO PÃO DE QUEIJO COM LEITE DE SOJA BANANA	QUIBE ASSADO E SUÇO	BOLO DE CHOCOLATE LEITE DE SOJA MELÃO
ALMOÇO		ARROZ/FEIJÃO STROGONOFF PURÊ DE BATATA SALADA DE TOMATE E COUVE	ARROZ/FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA SEM QUEIJO SALADA DE ALFACE E CENOURA	ARROZ/FEIJÃO LASANHA DE CARNE MOÍDA SEM QUEIJO SALADA DE TOMATE E COUVE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO MAIONESE DE LEGUMES SALADA DE ACELGA
CAFÉ DA TARDE		BOLO SEM LEITE FORMIGUEIRO COM LEITE DE SOJA	FALSO PÃO DE QUEIJO COM LEITE DE SOJA	QUIBE ASSADO E SUÇO	BOLO DE CHOCOLATE LEITE DE SOJA MELÃO
REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 13/10	3ºFEIRA 14/10	4ºFEIRA 15/10	5ºFEIRA 16/10	6ºFEIRA 17/10
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM GELÉIA E LEITE DE SOJA	BOLO SEM LEITE DE FUBÁ E LEITE DE SOJA	RECESSO DIA DO PROFESSOR	PÃO FRANCÊS COM GELÉIA E LEITE DE SOJA MAÇÃ	PÃO DOCE COM FRANGO DESFIADO E CHÁ LARANJA LIMA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO FAROFÁ DE ABOBRINHA ACELGA	ARROZ/FEIJÃO MÚSCULO REPOLHO REFOGADO SALADA DE TOMATE		ARROZ/FEIJÃO LINGUIÇA ASSADA COUVE REFOGADA TOMATE	ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA BETERRABA E REPOLHO
CAFÉ DA TARDE	BOLO SEM LEITE DE FUBÁ E LEITE DE SOJA	ARROZ TEMPERADO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES		CANJICA COM AMENDOIM (LEITE DE COCO) MAÇÃ	PÃO DOCE COM FRANGO DESFIADO E CHÁ LARANJA LIMA
REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 20/10	3ºFEIRA 21/10	4ºFEIRA 22/10	5ºFEIRA 23/10	6ºFEIRA 24/10
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM GELÉIA E LEITE DE SOJA	BOLO SEM LEITE DE COCO COM LEITE DE SOJA	TORTA SEM LEITE DE CARNE MOÍDA E LEGUMES COM SUÇO	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA SUÇO E LARANJA	PÃO FRANCÊS COM GELÉIA E LEITE DE SOJA ABACAXI
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE REPOLHO E CENOURA	ARROZ/FEIJÃO ALMONDEGAS SALADA DE TOMATE E BETERRABA	ARROZ/FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM QUEIJO SALADA DE ALFACE COM CENOURA	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE ACELGA E PEPINO	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE TOMATE E BRÓCOLIS
CAFÉ DA	BOLO SEM LEITE	POLENTA COM	ARROZ/FEIJÃO	PÃO FRANCÊS	MACARRONADA



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR

DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
merendaescolarmauadaserra@outlook.com

Nutricionista: Édila Amanda L. da Cruz

TARDE	DE COCO COM LEITE DE SOJA	CARNE MOÍDA SALADA DE PEPINO	ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM QUEIJO SALADA DE ALFACE COM CENOURA	COM CARNE MOÍDA SUCO E LARANJA	COM FRANGO DESFIADO SALADA DE TOMATE ABACAXI
REFEIÇÃO DATA	2ºFEIRA 27/10	3ºFEIRA 28/10	4ºFEIRA 29/10	5ºFEIRA 30/10	6ºFEIRA 31/10
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM GELÉIA E LEITE DE SOJA	TORTA SEM LEITE DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO	FALSO PÃO DE QUEIJO COM LEITE LEITE DE SOJA	PÃO COM FRANCÊS COM PERNIL COM CHÁ MELÃO	PÃO DOCE COM GELÉIA LEITE DE SOJA MAÇA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA MACARRONADA COUVE E TOMATE	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE ALMEIRÃO E E COUVE FLOR	ARROZ/FEIJÃO MÚSCULO COM BATATA E TOMATE SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE TOMATE BETERRABA	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE FRANGO COM CREME DE MILHO SALADA DE BROCOLIS
CAFÉ DA TARDE	TORTA SEM LEITE DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO	FALSO PÃO DE QUEIJO COM LEITE LEITE DE SOJA	ARROZ/FEIJÃO MÚSCULO COM BATATA E TOMATE SALADA DE REPOLHO	PÃO COM PERNIL COM CHÁ E MELÃO	POLENTA COM CARNE MOÍDA E SALADA DE ALFACE MAÇA

*cardápio sujeito a alteração

MODALIDADE DE ENSINO	TURNO	DIAS LETIVOS	RECOMENDADO KCAL/DIA	MÉDIA MENSAL KCAL/DIA	ADEQUAÇÃO %
PRÉ ESCOLA	MATUTINO	19	630	662,22	105,11
	VERPERTINO	19	270	281,03	104,08
FUNDAMENTAL	MATUTINO	19	821	915,69	111,53
	VERPERTINO	19	329	390,47	118,68

Édila Amanda L. da Cruz
Nutricionista CRN8: 8242