



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

# Cardápio Junho 2026

Ensino fundamental - Escola Paulo Haruo - **DIABETES**



**Segunda**  
01/06

**Terça**  
02/06

**Quarta**  
03/06

**Quinta**  
04/06

**Sexta**  
05/06

**Café da manhã**  
08:00

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

BOLO INTEGRAL DE  
CHOCOLATE  
CHÁ  
FRUTA

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
CHÁ

FERIADO

RECESSO

**Almoço**  
10:45

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
CARNE MOÍDA  
FAROFA DE  
LEGUMES  
SALADA A

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
PERNIL DE PORCO  
ASSADO  
SALADA A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
BIFE EM TIRAS  
BATATA DOCE  
COZIDA  
SALADA A+B

FERIADO

RECESSO

**Café da tarde**  
14:50

BOLO INTEGRAL DE  
CHOCOLATE  
CHÁ

QUIRERA COM  
PERNIL DE PORCO E  
LEGUMES  
FRUTA

BOLACHA INTEGRAL  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

FERIADO

RECESSO



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

# Cardápio Junho 2026

Ensino fundamental - Escola Paulo Haruo - **DIABETES**



**Segunda**  
08/06

**Terça**  
09/06

**Quarta**  
10/06

**Quinta**  
11/06

**Sexta**  
12/06

**Café da manhã**  
08:00

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

BOLO INTEGRAL DE  
COCO  
CHÁ  
FRUTA

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
CHÁ  
FRUTA

HAMBURGUER  
CHÁ

**Almoço**  
10:45

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
PERNIL DE PORCO  
COZIDO  
FAROFA DE LEGUMES  
SALADA A

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
ALMÔNDEGA AO  
MOLHO  
SALADA A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
CARNE DE PANELA  
COM MANDIOCA  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
BIFE EM TIRAS  
ACEBOLADO  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
FILÉ DE FRANGO  
CREME DE MILHO  
SALADA A+B

**Café da tarde**  
14:50

BOLO INTEGRAL DE  
COCO  
CHÁ

POLENTA COM  
CARNE MOÍDA  
SALADA A+B  
FRUTA

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
CARNE DE PANELA  
COM MANDIOCA  
SALADA: A+B

BOLACHA INTEGRAL  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%  
FRUTA

HAMBURGUER  
CHÁ



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

# Cardápio Junho 2026

Ensino fundamental - Escola Paulo Haruo - **DIABETES**



**Segunda**  
15/06

**Terça**  
16/06

**Quarta**  
17/06

**Quinta**  
18/06

**Sexta**  
19/06

**Café da  
manhã**  
08:00

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

BOLO INTEGRAL DE  
CHOCOLATE  
CHÁ  
FRUTA

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

BOLACHA INTEGRAL  
VITAMINA DE FRUTA  
FRUTA

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
CHÁ

**Almoço**  
10:45

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
CARNE MOÍDA  
FAROFA DE  
LEGUMES  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
PERNIL DE PORCO  
ASSADO  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
STROGONOFF  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
FRANGO AO MOLHO  
COM POLENTA  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
COXA E SOBRECOXA  
ASSADA  
SALADA: A+B

**Café da  
tarde**  
14:50

BOLO INTEGRAL DE  
CHOCOLATE  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

QUIRERA COM  
PERNIL DE PORCO E  
LEGUMES  
FRUTA

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
STROGONOFF  
SALADA: A+B

BOLACHA INTEGRAL  
VITAMINA DE FRUTA  
FRUTA

MACARRONADA  
INTEGRAL COM  
FRANGO DESFIADO  
SALADA: A



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

# Cardápio Junho 2026

Ensino fundamental - Escola Paulo Haruo - **DIABETES**



**Segunda**  
22/06

**Terça**  
23/06

**Quarta**  
24/06

**Quinta**  
25/06

**Sexta**  
26/06

**Café da manhã**  
08:00

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
CHÁ

BOLO INTEGRAL DE  
FUBÁ  
CHOCOLATE QUENTE  
FRUTA 

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
CHÁ

TORTA INTEGRAL DE  
CARNE MOÍDA E  
LEGUMES  
CHÁ  
FRUTA

**Almoço**  
10:45

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
PERNIL DE PORCO  
SALADA A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
COSTELA RIPA COM  
BATATA  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
BIFE EM TIRAS  
FAROFA DE LEGUMES  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
CARNE MOÍDA COM  
CENOURA  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
FRANGO ASSADO  
MAIONESE  
SALADA: A

**Café da tarde**  
14:50

PÃO FRANCÊS COM  
OVOS MEXIDOS  
CHÁ

BOLO INTEGRAL DE  
FUBÁ  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

CANJICA COM  
AMENDOIM  
FRUTA 

TORTA INTEGRAL DE  
CARNE MOÍDA E  
LEGUMES  
CHÁ

SOPA DE LEGUMES  
COM CARNE  
FRUTA



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

# Cardápio Junho 2026

Ensino fundamental - Escola Paulo Haruo - **DIABETES**



**Segunda**  
29/06

**Terça**  
30/06

**Quarta**  
01/07

**Quinta**  
02/07

**Sexta**  
03/07

**Café da  
manhã**  
08:00

FERIADO

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
CHÁ

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%  
FRUTA

TORTA INTEGRAL DE  
CARNE MOÍDA E  
LEGUMES  
CHÁ

**Almoço**  
10:45

FERIADO

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
CARNE MOÍDA  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
BIFE EM TIRAS  
FAROFA DE LEGUMES  
SALADA: A

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
FRANGO AO MOLHO  
COM POLETA  
SALADA: A+B

ARROZ INTEGRAL  
FEIJÃO  
CARNE DE PANELA  
COZIDA COM BATATA  
SALADA: A+B

**Café da  
tarde**  
14:50

FERIADO

PÃO INTEGRAL COM  
MANTEIGA  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%

QUIBE ASSADO  
CHÁ

TORTA INTEGRAL DE  
FRANGO COM  
LEGUMES  
CHÁ  
FRUTA

BOLACHA INTEGRAL  
LEITE COM  
CHOCOLATE 100%



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



# Cardápio Junho 2026

Ensino fundamental - Escola Paulo Haruo



MODALIDADE DE ENSINO	TURNO	DIAS LETIVOS	RECOMENDADO KCAL/DIA	MÉDIA MENSAL KCAL/DIA	ADEQUAÇÃO %
PRÉ ESCOLA	MATUTINO	19	630	690,46	109,6
	VERPERTINO	19	270	267,62	99,12
FUNDAMENTAL	MATUTINO	19	766	1053,72	137,56
	VERPERTINO	19	329	391,67	119,05