



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR

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

CARDÁPIO MARÇO 2026

CMEI – SEMENTINHAS - BERÇÁRIO

MÉDIA SEMANA	2ºFEIRA 02/03	3ºFEIRA 03/03	4ºFEIRA 04/03	5ºFEIRA 05/03	6ºFEIRA 06/03
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO
LANCHE MANHÃ	MELÃO	BANANA	MELÃO	BANANA	MELÃO
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA DE PEPINO E TOMATE	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE TOMATE E COUVE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO POLENTA SALADA DE ALFACE E CENOURA	ARROZ/FEIJÃO COSTELA RIPA COM BATATA E SALADA DE REPOLHO E BETERRABA	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE ALFACE E COUVE FLOR
CAFÉ DA TARDE	LEITE PURO+MELÃO	LEITE PURO+BANANA	LEITE PURO+MELÃO	LEITE PURO+BANANA	LEITE PURO+MELÃO
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 09/03	3ºFEIRA 10/03	4ºFEIRA 11/03	5ºFEIRA 12/03	6ºFEIRA 13/03
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO
LANCHE MANHÃ	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO FAROFA DE ABOBRINHA ACELGA	ARROZ/FEIJÃO COSTELA RIPA REPOLHO REFOGADO SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS BATATA ASSADA BROCOLIS E ALFACE	ARROZ/FEIJÃO OMELETE SALADA DE CENOURA E VAGEM OUVE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA BETERRABA E REPOLHO
CAFÉ DA TARDE	LEITE PURO+LARANJA LIMA	LEITE PURO+MAMÃO	LEITE PURO+LARANJA LIMA	LEITE PURO+MAMÃO	LEITE PURO+LARANJA LIMA
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM CARNE DE PORCO E LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES	MACARRONADA COM BIFE E SALADA DE BROCOLIS E ALFACE	POLENTA COM FRANGO DESFIADO E SALADA DE TOMATE	QUIRERA COM FRANGO E LEGUMES

Édila Amanda L. da Cruz
Nutricionista CRN8: 8242

MÉDIA SEMANA	2ºFEIRA 16/03	3ºFEIRA 17/03	4ºFEIRA 18/03	5ºFEIRA 19/03	6ºFEIRA 20/03
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO
LANCHE MANHÃ	ABACAXI	LARANJA	ABACAXI	LARANJA	ABACAXI
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE REPOLHO E CENOURA	ARROZ/FEIJÃO ALMONDEGAS SALADA DE TOMATE E BETERRABA	ARROZ/FEIJÃO COSTELA RIPA COM MANDIOCA 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 TARDE	LEITE PURO+LARANJA	LEITE PURO+ABACAXI	LEITE PURO+LARANJA	LEITE PURO+ABACAXI	LEITE PURO+LARANJA
JANTAR	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	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES	CANJA DE FRANGO COM LEGUMES
MÉDIA SEMANA	2ºFEIRA 23/03	3ºFEIRA 24/03	4ºFEIRA 25/03	5ºFEIRA 26/03	6ºFEIRA 27/03
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO
LANCHE MANHÃ	MELÃO	MAÇA	MELÃO	MAÇA	MELÃO
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA MACARRONADA COUVE E TOMATE	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE ALMEIRÃO E E COUVE FLOR	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE FRANGO PURÊ DE BATATA SALADA DE TOMATE E CHUCHU	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE REPOLHO BETERRABA	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE TILAPIA SALADA DE ALFACE E BROCOLIS
CAFÉ DA TARDE	LEITE PURO+MAÇA	LEITE PURO+MELÃO	LEITE PURO+MAÇA	LEITE PURO+MELÃO	LEITE PURO+MAÇA
JANTAR	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
MÉDIA SEMANA	2ºFEIRA 30/03	3ºFEIRA 31/03	4ºFEIRA 01/04	5ºFEIRA 02/04	6ºFEIRA 03/04
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	LEITE PURO	FERIADO
LANCHE MANHÃ	MELANCIA	BANANA	MELANCIA	BANANA	
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO ALMONDEGA AO MOLHO FAROFA DE LEGUMES SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO PATINHO COZIDO COM MANDIOCA SALADA DE CENOURA E CHUCHU	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE TILAPIA ASSADA SALADA DE TOMATE E PEPINO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE COUVE E TOMATE	

Édila Amanda L. da Cruz
Nutricionista CRN8: 8242

CAFÉ DA TARDE	LEITE PURO+BANANA	LEITE PURO+ MELANCIA	LEITE PURO+BANANA	LEITE PURO+ MELANCIA	
JANTAR	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SALADA DE REPOLHO	CALDO DE MANDIOCA COM CARNE E LEGUMES	PURÊ DE BATATA COM CARNE MOÍDA E SALDA DE TOMATE E PEPINO	SOPA DE FUBÁ COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES	

MODALIDADE DE ENSINO	TURNO	DIAS LETIVOS	RECOMENDADO KCAL/DIA	MÉDIA MENSAL KCAL/DIA	ADEQUAÇÃO %
CMEI 06 - 11 MESES	INTEGRAL	24	475	523,62	110,24