



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

## CARDÁPIO MARÇO 2026

### Ensino fundamental - ESCOLA PAULO HARUO

| REFEIÇÃO<br>DATA     | 2ºFEIRA<br>02/03                                        | 3ºFEIRA<br>03/03                                            | 4ºFEIRA<br>04/03                                                | 5ºFEIRA<br>05/03                                                     | 6ºFEIRA<br>06/03                                              |
|----------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E LEITE COM CHOCOLATE 50%      | BOLO DE COCO COM LEITE E CHOCOLATE                          | LEITE COM CHOCOLATE 50% E BOLACHA BANANA                        | PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E SUÇO                                   | PÃO CASEIRO COM MANETIGA LEITE COM CHOCOLATE 50% MELÃO        |
| <b>ALMOÇO</b>        | 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      |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | BOLO COCO COM LEITE E CHOCOLATE                         | QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES                       | ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO POLENTA SALADA DE ALFACE E CENOURA | PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E SUÇO BANANA                            | SOPA DE MACARRÃO COM BIFE EM TIRAS E LEGUMES MELÃO            |
| REFEIÇÃO<br>DATA     | 2ºFEIRA<br>09/03                                        | 3ºFEIRA<br>10/03                                            | 4ºFEIRA<br>11/03                                                | 5ºFEIRA<br>12/03                                                     | 6ºFEIRA<br>13/03                                              |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E LEITE COM CHOCOLATE 50%      | BOLO DE FUBÁ E LEITE COM CHOCOLATE 50%                      | LEITE COM CHOCOLATE 50% E BOLACHA MAMÃO                         | PÃO COM PATÊ DE FRANGO E SUÇO                                        | PÃO DOCE COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE 50% LARANJA LIMA |
| <b>ALMOÇO</b>        | 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 LINGUIÇA ASSADA E TOMATE SALADA DE CENOURA E VAGEM      | ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA BETERRABA E REPOLHO      |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | BOLO DE FUBÁ E LEITE COM CHOCOLATE 50%                  | MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SALADA DE REPOLHO             | ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS BATATA ASSADA BROCOLIS E ALFACE      | PÃO COM PATÊ DE FRANGO E SUÇO MAMÃO                                  | ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E LEGUMES LARANJA LIMA             |
| REFEIÇÃO<br>DATA     | 2ºFEIRA<br>16/03                                        | 3ºFEIRA<br>17/03                                            | 4ºFEIRA<br>18/03                                                | 5ºFEIRA<br>19/03                                                     | 6ºFEIRA<br>20/03                                              |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E LEITE COM CHOCOLATE 50%      | BOLO DE CHOCOLATE COM LEITE E CHOCOLATE 50%                 | TORTA DE CARNE MOÍDA E LEGUMES COM SUÇO                         | PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE 50% LARANJA          | PÃO DOCE COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE 50% ABACAXI      |
| <b>ALMOÇO</b>        | ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE                  | ARROZ/FEIJÃO ALMONDEGAS SALADA DE TOMATE E                  | ARROZ/FEIJÃO COSTELA RIPA COM MANDIOCA SALADA DE                | ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA DE ACELGA E                        | ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE                        |

Édila Amanda L. da Cruz  
 Nutricionista CRN8: 8242



# SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR

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

|                      | REPOLHO E CENOURA                                                   | BETERRABA                                                           | ALFACE COM CENOURA                                                   | PEPINO                                                      | TOMATE E BRÓCOLIS                                        |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | BOLO DE CHOCOLATE COM LEITE E CHOCOLATE 50%                         | POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA DE PEPINO                            | ARROZ/FEIJÃO COSTELA RIPA COM MANDIOCA SALADA DE ALFACE COM CENOURA  | PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO E LEITE COM CHOCOLATE 50% LARANJA | MACARRONADA COM FRANGO DESFIADO SALADA DE TOMATE ABACAXI |
| <b>REFEIÇÃO DATA</b> | <b>2ºFEIRA 23/03</b>                                                | <b>3ºFEIRA 24/03</b>                                                | <b>4ºFEIRA 25/03</b>                                                 | <b>5ºFEIRA 26/03</b>                                        | <b>6ºFEIRA 27/03</b>                                     |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | PÃO DOCE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 55%                       | TORTA DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO                                  | BOLO SIMPLES COM IOGURTE MELÃO                                       | PÃO FRANCÊS COM OVO MEXIDO COM CHÁ                          | PÃO CASEIRO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 55% MAÇA    |
| <b>ALMOÇO</b>        | 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 TILÁPIA SALADA DE ALFACE E BROCOLIS |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | TORTA DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO                                  | BOLO SIMPLES COM IOGURTE                                            | ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE FRANGO PURÊ DE BATATA SALADA DE TOMATE E CHUCHU | PÃO FRANCÊS COM OVO CHÁ E MELÃO                             | POLENTA COM CARNE MOÍDA E SALADA DE ALFACE MAÇA          |
| <b>REFEIÇÃO DATA</b> | <b>2ºFEIRA 30/03</b>                                                | <b>3ºFEIRA 31/03</b>                                                | <b>4ºFEIRA 01/04</b>                                                 | <b>5ºFEIRA 02/04</b>                                        | <b>6ºFEIRA 03/04</b>                                     |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA E LEITE COM CHOCOLATE 50%                  | BOLO DE CENOURA E LEITE COM CHOCOLATE                               | LEITE COM CHOCOLATE 50% E BOLACHA MELANCIA                           | PÃO FRANCÊS COM PERNIL DE PORCO DESFIADO E SUCO             | <b>FERIADO</b>                                           |
| <b>ALMOÇO</b>        | 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 TILÁPIA ASSADA SALADA DE TOMATE E PEPINO        | ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO SALADA DE COUVE E TOMATE       |                                                          |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | BOLO DE CENOURA E LEITE COM CHOCOLATE                               | SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES                                | ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE TILÁPIA ASSADA SALADA DE TOMATE E PEPINO        | PÃO FRANCÊS COM PERNIL DE PORCO DESFIADO E SUCO MELANCIA    |                                                          |

\*cardápio sujeito a alteração

Édila Amanda L. da Cruz  
Nutricionista CRN8: 8242



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

| MODALIDADE DE ENSINO | TURNO      | DIAS LETIVOS | RECOMENDADO<br>KCAL/DIA | MÉDIA MENSAL<br>KCAL/DIA | ADEQUAÇÃO<br>% |
|----------------------|------------|--------------|-------------------------|--------------------------|----------------|
| PRÉ ESCOLA           | MATUTINO   | 24           | 630                     | 655,25                   | 104,01         |
|                      | VERPERTINO | 24           | 270                     | 296,36                   | 109,76         |
| FUNDAMENTAL          | MATUTINO   | 24           | 821                     | 908,15                   | 110,62         |
|                      | VERPERTINO | 24           | 329                     | 417,07                   | 126,77         |