SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR
DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
merendaescolarmauadaserra@outlook.com
Nutricionista: Lucélia Moraes e Silva







Cardápio Novembro 2026

Ensino fundamental - Escola Sandra Maria

	Segunda 02/11	Terça 03/11	Quarta 04/11	Quinta 05/11	Sexta 06/11
Café da manhã 09:00	FERIADO	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA CHÁ	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	BOLACHA VITAMINA DE FRUTA (BANANA)	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%
Lanche da manhã 09:00	FERIADO	FRUTA: LARANJA	FRUTA: BANANA	FRUTA: LARANJA	FRUTA: BANANA
Almoço 12:00	FERIADO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROFA DE LEGUMES (COUVE/ABOBRINHA) SALADA: REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO ASSADO SALADA: ALMEIRÃO/PEPINO	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA: ABOBRINHA/CEBOLA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA: REPOLHO/CENOURA
Café da tarde 15:00	FERIADO	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E SALADA (TOMATE/CENOURA) CHÁ	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES (COUVE/CENOURA)	BOLO DE CHOCOLATE CHÁ	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO/CENOURA

Lucélia Moraes e Silva
Nutricionista CRN8: 14395

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR
DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
merendaescolarmauadaserra@outlook.com
Nutricionista: Lucélia Moraes e Silva







Cardápio Novembro 2026

Ensino fundamental - Escola Sandra Maria

	Segunda 09/11	Terça 10/11	Quarta 11/11	Quinta 12/11	Sexta 13/11
Café da manhã 09:00	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA CHÁ	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	BOLACHA LEITE COM CHOCOLATE 50%	QUIBE ASSADO CHÁ
Lanche da manhã 09:00	ROSQUINHA	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: MELÃO	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: MELÃO
Almoço 12:00	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO COZIDO SALADA: CENOURA/CEBOLA	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS ACEBOLADO SALADA: ALFACE/TOMATE	ARROZ/FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA: ALFACE/CENOURA	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE FRANGO SALADA: REPOLHO/BETERRABA	ARROZ/FEIJÃO LINGUIÇA ASSADA FAROFA DE LEGUMES (CENOURA/COUVE) SALADA: BETERRABA
Café da tarde 15:00	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES (CENOURA/COUVE)	MACARRONADA COM BIFE EM TIRAS SALADA: ALFACE/TOMATE	BOLO DE CENOURA LEITE COM CHOCOLATE 50%	QUIBE ASSADO CHÁ	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: BETERRABA/CENOURA

Lucélia Moraes e Silva
Nutricionista CRN8: 14395

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR
DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
merendaescolarmauadaserra@outlook.com
Nutricionista: Lucélia Moraes e Silva







Cardápio Novembro 2026

Ensino fundamental - Escola Sandra Maria

	Segunda 16/11	Terça 17/11	Quarta 18/11	Quinta 19/11	Sexta 20/11
Café da manhã 09:00	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA CHÁ	PÃO DE QUEIJO CHÁ	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	FERIADO
Lanche da manhã 09:00	FRUTA: LARANJA	FRUTA: BANANA	FRUTA: LARANJA	FRUTA: BANANA	FERIADO
Almoço 12:00	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROFA DE LEGUMES (COUVE/CENOURA) SALADA: BETERRABA	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO COZIDO SALADA: ALMEIRÃO/CENOURA	ARROZ/FEIJÃO ALMÔNDEGA AO MOLHO SALADA: ALMEIRÃO/TOMATE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO MAIONESE DE LEITE SALADA: REPOLHO/CENOURA	 CONCIÊNCIA NEGRA
Café da tarde 15:00	PÃO DE QUEIJO LEITE COM CHOCOLATE 50%	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES (CENOURA/COUVE)	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA SALADA: ALMEIRÃO/TOMATE	PÃO FRANCÊS COM FRANGO DESFIADO E SALADA: (TOMATE/CENOURA) CHÁ	FERIADO

Lucélia Moraes e Silva
Nutricionista CRN8: 14395

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR
DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
merendaescolarmauadaserra@outlook.com
Nutricionista: Lucélia Moraes e Silva







Cardápio Novembro 2026

Ensino fundamental - Escola Sandra Maria

	Segunda 23/11	Terça 24/11	Quarta 25/11	Quinta 26/11	Sexta 27/11
Café da manhã 09:00	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA CHÁ	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE 50%	TORTA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA/ TOMATE/ MILHO) CHÁ
Lanche da manhã 09:00	ROSQUINHA	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: MAMÃO	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: MAMÃO
Almoço 12:00	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO COZIDO SALADA: REPOLHO/CENOURA	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROFA DE LEGUMES (COUVE/ABOBRINHA) SALADA ALFACE	ARROZ/FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA: ALFACE/TOMATE	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA: ABOBRINHA/CEBOLA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA: BETERRABA/CENOURA
Café da tarde 15:00	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES (CENOURA/COUVE)	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: ALFACE/TOMATE	BOLO DE CHOCOLATE LEITE COM CHOCOLATE 50%	TORTA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA/ TOMATE/ MILHO) CHÁ	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA SALADA: BETERRABA/CENOURA

Lucélia Moraes e Silva
Nutricionista CRN8: 14395



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR
DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
merendaescolarmauadaserra@outlook.com
Nutricionista: Lucélia Moraes e Silva

Cardápio Novembro 2026

Ensino fundamental - Escola Sandra Maria



COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DO CARDÁPIO	PRÉ-ESCOLA	FUNDAMENTAL
DIAS LETIVOS - TURNO INTEGRAL	18	18
RECOMENDADO KCAL/DIA	945	1.150
SEMANA 1		
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL: KCAL/DIA	931,62	1.266,21
ADEQUAÇÃO %	98,58	110,11
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE CARBOIDRATO (G)	134,48	195,47
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE PROTEÍNA (G)	34,68	54,04
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE LIPÍDEOS (G)	29,11	47,09
SEMANA 2		
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL: KCAL/DIA	899,14	1.337,22
ADEQUAÇÃO %	95,15	116,28
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE CARBOIDRATO (G)	127,77	189,46
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE PROTEÍNA (G)	36,36	50,51
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE LIPÍDEOS (G)	28,23	40,05

OBSERVAÇÕES:

O cardápio poderá sofrer alterações dependendo do grau de maturação dos hortifrutis; intercorrências com as entregas ou excepcionalidades que possam ocorrer na unidade escolar.

Substituições são permitidas desde que correspondam a um mesmo grupo alimentar, não sendo considerado alteração de cardápio por não ter alteração significativa na composição nutricional. As substituições devem ser autorizadas pelas nutricionistas responsáveis.

O cardápio foi elaborado de acorno com os critérios do Programa Nacional de Alimentação Escolar/FNDE (Resolução CD/FNDE nº4/2026).

Lucélia Moraes e Silva
Nutricionista CRN8: 14395



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE MAUÁ DA SERRA – PR
DIVISÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
merendaescolarmauadaserra@outlook.com
Nutricionista: Lucélia Moraes e Silva





Cardápio Novembro 2026

Ensino fundamental - Escola Sandra Maria

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DO CARDÁPIO	PRÉ-ESCOLA	FUNDAMENTAL
DIAS LETIVOS - TURNO INTEGRAL	18	18
RECOMENDADO KCAL/DIA	945	1.150
SEMANA 3		
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL: KCAL/DIA	960,62	1,222,33
ADEQUAÇÃO %	101,65	106,29
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE CARBOIDRATO (G)	133,75	160,75
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE PROTEÍNA (G)	33,99	45,83
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE LIPÍDEOS (G)	33,31	45,13
SEMANA 4		
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL: KCAL/DIA	985,48	1.427,70
ADEQUAÇÃO %	104,28	124,15
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE CARBOIDRATO (G)	137,57	198,8
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE PROTEÍNA (G)	37,49	53,53
MÉDIA DIÁRIA SEMANAL DE LIPÍDEOS (G)	32,48	47,34

OBSERVAÇÕES:

O cardápio poderá sofrer alterações dependendo do grau de maturação dos hortifrutis; intercorrências com as entregas ou excepcionalidades que possam ocorrer na unidade escolar.

Substituições são permitidas desde que correspondam a um mesmo grupo alimentar, não sendo considerado alteração de cardápio por não ter alteração significativa na composição nutricional. As substituições devem ser autorizadas pelas nutricionistas responsáveis.

O cardápio foi elaborado de acorno com os critérios do Programa Nacional de Alimentação Escolar/FNDE (Resolução CD/FNDE nº4/2026).

gov.br
Documento assinado digitalmente
LUCELIA MORAES E SILVA
Data: 27/10/2026 08:23:55-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Lucélia Moraes e Silva
Nutricionista CRN8: 14395