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

Cardápio Outubro 2026

CMEI Criança Esperança

	Segunda 05/10	Terça 06/10	Quarta 07/10	Quinta 08/10	Sexta 09/10
Café da manhã 08:15	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM FRUTAS S/ AÇÚCAR PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	LEITE COM FRUTAS S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA
Lanche da manhã 09:00	FRUTA: MELÃO	FRUTA: BANANA	FRUTA: MELÃO	FRUTA: BANANA	FRUTA: MELÃO
Almoço 10:30	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROFA DE LEGUMES (COUVE/ABOBRINHA) SALADA: REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO COZIDO SALADA: ALMEIRÃO/CEBOLA	ARROZ/FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA: ALMEIRÃO/TOMATE	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA: ABOBRINHA/CEBOLA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA: REPOLHO/CENOURA
Lanche da tarde 13:30	BOLO SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR	FRUTA: MELÃO	FRUTA: BANANA	FRUTA: MELÃO	FRUTA: BANANA
Café da tarde 15:00	POLENTA COM CARNE E LEGUMES (COUVE/ABOBRINHA)	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES (CENOURA/COUVE)	MACARRONADA DE CARNE SALADA: ALMEIRÃO/TOMATE	SOPA COM CARNE E LEGUMES (BATATA/ COUVE/CENOURA)	CALDO DE MANDIOCA COM FRANGO E LEGUMES (CENOURA/COUVE)

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 Outubro 2026

CMEI Criança Esperança

	Segunda 12/10	Terça 13/10	Quarta 14/10	Quinta 15/10	Sexta 16/10
Café da manhã 08:15	FERIADO DIA DA CRIANÇA	RECESSO ESCOLAR	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	LEITE COM FRUTAS S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE LEITE COM MANTEIGA
Lanche da manhã 09:00	FERIADO DIA DA CRIANÇA	RECESSO ESCOLAR	FRUTA: LARANJA	FRUTA: MAÇÃ Dia do Professor	FRUTA: LARANJA
Almoço 10:30		RECESSO ESCOLAR	ARROZ/FEIJÃO MACARRONADA C/ OVOS SALADA REPOLHO/CENOURA	ARROZ/FEIJÃO LASANHA DE CARNE SALADA: ALFACE/TOMATE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO MAIONESE DE LEITE SALADA: REPOLHO/PIMENTÃO
Lanche da tarde 13:30	FERIADO DIA DA CRIANÇA	RECESSO ESCOLAR	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: LARANJA	FRUTA: MAÇÃ
Café da tarde 15:00	FERIADO DIA DA CRIANÇA	RECESSO ESCOLAR	POLENTA COM CARNE SALADA: PIMENTÃO/TOMATE	SOPA COM CARNE E LEGUMES (BATATA/ COUVE/CENOURA)	CALDO DE MANDIOCA C/ CARNE E LEGUMES (VAGEM/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 Outubro 2026

CMEI Criança Esperança

	Segunda 19/10	Terça 20/10	Quarta 21/10	Quinta 22/10	Sexta 23/10
Café da manhã 08:15	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM FRUTAS S/ AÇÚCAR PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	LEITE COM FRUTAS S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA
Lanche da manhã 09:00	FRUTA: BANANA	FRUTA: MAMÃO	FRUTA: BANANA	FRUTA: MAMÃO	FRUTA: BANANA
Almoço 10:30	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROVA C/ LEGUMES (CENURA/COUVE) SALADA: REPOLHO	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS ACEBOLADO SALADA: ALFACE/TOMATE	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO ASSADO SALADA: REPOLHO/PEPINO	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE FRANGO SALADA: PEPINO/CEBOLA	ARROZ/FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA: VAGEM/TOMATE
Lanche da tarde 13:30	BOLO SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR	FRUTA: BANANA	FRUTA: MAMÃO	FRUTA: BANANA	FRUTA: MAMÃO
Café da tarde 15:00	SOPA COM CARNE E LEGUMES (BATATA/ COUVE/CENOURA)	POLENTA COM CARNE SALADA: ALFACE/TOMATE	QUIRERACOM PERNIL DE PORCO E LEGUMES (COUVE/CENOURA)	CANJA DE FRANGO COM LEGUMES (BATATA/CENOURA)	MACARRONADA C/ CARNE SALADA: PEPINO/TOMATE

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 Outubro 2026

CMEI Criança Esperança

	Segunda 26/10	Terça 27/10	Quarta 28/10	Quinta 29/10	Sexta 30/10
Café da manhã 08:15	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM FRUTAS S/ AÇÚCAR PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO LEITE COM MANTEIGA	LEITE COM FRUTAS S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU S/ AÇÚCAR PÃO DE FRANCÊS COM MANTEIGA
Lanche da manhã 09:00	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: LARANJA	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: LARANJA	FRUTA: MAÇÃ
Almoço 10:30	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROFA DE LEGUMES (ABOBRINHA/ COUVE) SALADA: PEPINO	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO COZIDO SALADA: ALFACE/TOMATE	ARROZ/FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA: PEPINO/PIMENTÃO	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS SALADA: BETERRABA/ CENOURA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA: PEPINO/TOMATE Dia da Merendeira escolar
Lanche da tarde 13:30	FRUTA: LARANJA	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: LARANJA	FRUTA: MAÇÃ	FRUTA: LARANJA
Café da tarde 15:00	POLENTA COM CARNE SALADA: ABOBRINHA/TOMATE	QUIRERA COM PERNIL DE PORCO E LEGUMES (CENOURA/ COUVE)	SOPA COM CARNE E LEGUMES (BATATA/ COUVE/CENOURA)	MACARRONADA COMCARNE SALADA: PEPINO/TOMATE	CANJA DE FRANGO COM LEGUMES (BATATA/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 Outubro 2026

CMEI Criança Esperança

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DO CARDÁPIO	CMEI 1 A 3 ANOS - INTEGRAL
DIAS LETIVOS - TURNO INTEGRAL	20
RECOMENDADO KCAL/DIA	708
MÉDIA DIÁRIA MENSAL: KCAL/DIA	813,41
ADEQUAÇÃO %	114,89
MÉDIA DIÁRIA MENSAL DE CARBOIDRATO (g)	113,48
MÉDIA DIÁRIA MENSAL DE PROTEÍNA (g)	34,58
MÉDIA DIÁRIA MENSAL DE LIPÍDEOS (g)	31,28
MÉDIA DIÁRIA MENSAL DE RETINOL (mcg)	327,53
MÉDIA DIÁRIA MENSAL DE VITAMINA C (mg)	44,97
MÉDIA DIÁRIA MENSAL DE Ca (mg)	261,07
MÉDIA DIÁRIA MENSAL DE Fe (mg)	4,03

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 n°4/2026).

gov.br Documento assinado digitalmente
LUCELIA MORAES E SILVA
Data: 26/09/2026 16:44:10-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Lucélia Moraes e Silva
Nutricionista CRN8: 14395