



Estado do Paraná  
MUNICÍPIO DE HONÓRIO SERPA  
Secretaria de Educação, Cultura e Esportes



CARDÁPIO –MARÇO-2023  
ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA MARIA FRANCISCA DOS SANTOS  
Ensino Fundamental- 6 a 10 anos  
ZONA URBANA, PERÍODO PARCIAL

| Segunda – Feira                                   | Terça – Feira                                                                | Quarta – Feira 01/03                                             | Quinta – Feira 02/03                                    | Sexta – Feira 03/03                                            |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|                                                   |                                                                              | Beterraba<br>Arroz, feijão, ensopado de peixe<br>com batatas     | Repolho<br>Arroz carreteiro<br>Banana                   | Chuchu<br>Macarrão com<br>Carne de frango<br>Abacaxi           |
| Segunda – Feira 06/03                             | Terça – Feira 07/03                                                          | Quarta – Feira 08/03                                             | Quinta – Feira 09/03                                    | Sexta – Feira 10/03                                            |
| Tomate<br>Polenta com<br>Carne de porco           | Torta de bolacha                                                             | Vagem<br>Arroz, feijão<br>Batata doce cozida e carne de<br>porco | Brócolis<br>Risoto de frango<br>Melão                   | Sopa de feijão com legumes e ovos<br>Laranja                   |
| Segunda – Feira 13/03                             | Terça – Feira 14/03                                                          | Quarta – Feira 15/03                                             | Quinta – Feira 16/03                                    | Sexta – Feira 17/03                                            |
| Grão de bico/tomate<br>Macarrão com carne de gado | Chuchu<br>Quirera com carne de porco                                         | Couve-flor<br>Polenta com carne de frango                        | Couve refogada<br>Virado de feijão e omelete<br>Laranja | Brócolis<br>Purê de batata, arroz, frango<br>refogado<br>Manga |
| Segunda – Feira 20/03                             | Terça – Feira 21/03                                                          | Quarta – Feira 22/03                                             | Quinta – Feira 23/03                                    | Sexta – Feira 24/03                                            |
| Sopa de legumes com frango                        | Repolho<br>Arroz, feijão, picadinho de carne<br>de gado com cenoura e batata | Brócolis<br>Arroz, feijão<br>Farofa de carne moída<br>Banana     | Pepino<br>Arroz, feijão, nhoque com molho<br>de frango  | Repolho<br>Arroz carreteiro<br>Melancia                        |
| Segunda – Feira 27/03                             | Terça – Feira 28/03                                                          | Quarta – Feira 29/03                                             | Quinta – Feira 30/03                                    | Sexta – Feira 31/03                                            |
| Tomate<br>Polenta com carne de frango             | Beterraba<br>Arroz, feijão<br>Estrogonofe de gado                            | Alface<br>Macarrão com carne de frango ao<br>molho               | Repolho<br>Mandioca com carne de porco<br>Maça          | Tomate<br>Risoto de frango<br>Mamão                            |

- **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade;
- O cardápio escolar será calculado para atender a oferta de macro e micronutrientes dos educandos, os alimentos serão ofertados conforme disponibilidade e época do ano;

**Daniela Aline Vaz Preto**  
Nutricionista CRN8 /6614



**Estado do Paraná**  
**MUNICÍPIO DE HONÓRIO SERPA**  
**Secretaria de Educação, Cultura e Esportes**  
**CARDÁPIO – MARÇO-2023**  
**Cardápio APLV e Intolerância a Lactose**  
**ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA MARIA FRANCISCA DOS SANTOS**  
**Ensino Fundamental- 6 a 10 anos- ZONA URBANA, PERÍODO PARCIAL**



| <b>Segunda – Feira</b>                            | <b>Terça – Feira</b>                                                         | <b>Quarta – Feira 01/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 02/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 03/03</b>                                    |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|                                                   |                                                                              | Beterraba<br>Arroz, feijão, ensopado de peixe<br>com batatas     | Repolho<br>Arroz carreteiro<br>Banana                            | Chuchu<br>Macarrão com<br>Carne de frango<br>Abacaxi          |
| <b>Segunda – Feira 06/03</b>                      | <b>Terça – Feira 07/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 08/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 09/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 10/03</b>                                    |
| Tomate<br>Polenta com<br>Carne de porco           | Creme de abacaxi (sem lactose)                                               | Vagem<br>Arroz, feijão<br>Batata doce cozida e carne de<br>porco | Brócolis<br>Risoto de frango<br>Melão                            | Sopa de feijão com legumes e ovos<br>Laranja                  |
| <b>Segunda – Feira 13/03</b>                      | <b>Terça – Feira 14/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 15/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 16/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 17/03</b>                                    |
| Grão de bico/tomate<br>Macarrão com carne de gado | Chuchu<br>Quirera com carne de porco                                         | Couve-flor<br>Polenta com carne de frango                        | Couve refogada<br>Virado de feijão e omelete<br>Laranja          | Brócolis<br>Batata cozida, arroz, frango<br>refogado<br>Manga |
| <b>Segunda – Feira 20/03</b>                      | <b>Terça – Feira 21/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 22/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 23/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 24/03</b>                                    |
| Sopa de legumes com frango                        | Repolho<br>Arroz, feijão, picadinho de carne<br>de gado com cenoura e batata | Brócolis<br>Arroz, feijão<br>Farofa de carne moída<br>Banana     | Pepino<br>Arroz, feijão, nhoque de batata<br>com molho de frango | Repolho<br>Arroz carreteiro<br>Melancia                       |
| <b>Segunda – Feira 27/03</b>                      | <b>Terça – Feira 28/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 29/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 30/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 31/03</b>                                    |
| Tomate<br>Polenta com carne de frango             | Beterraba<br>Arroz, feijão<br>Carne de gado refogada                         | Alface<br>Macarrão com carne de frango ao<br>molho               | Repolho<br>Mandioca com carne de porco<br>Maça                   | Tomate<br>Risoto de frango<br>Mamão                           |

- *O cardápio escolar será calculado para atender a oferta de macro e micronutrientes dos educandos, os alimentos serão ofertados conforme disponibilidade e época do ano*

**Daniela Aline Vaz Preto**  
**Nutricionista CRN8 /6614**



Estado do Paraná  
**MUNICÍPIO DE HONÓRIO SERPA**  
Secretaria de Educação, Cultura e Esportes  
**CARDÁPIO – MARÇO-2023**



**Intolerância ao Glúten**  
**ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA MARIA FRANCISCA DOS SANTOS**  
**Ensino Fundamental- 6 a 10 anos- ZONA URBANA, PERÍODO PARCIAL**

| <b>Segunda – Feira</b>                                            | <b>Terça – Feira</b>                                                         | <b>Quarta – Feira 01/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 02/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 03/03</b>                                        |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|                                                                   |                                                                              | Beterraba<br>Arroz, feijão, ensopado de peixe<br>com batatas     | Repolho<br>Arroz carreteiro<br>Banana                            | Chuchu<br>Macarrão (sem glúten) com<br>Carne de frango<br>Abacaxi |
| <b>Segunda – Feira 06/03</b>                                      | <b>Terça – Feira 07/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 08/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 09/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 10/03</b>                                        |
| Tomate<br>Polenta com<br>Carne de porco                           | Creme de abacaxi (sem glúten)                                                | Vagem<br>Arroz, feijão<br>Batata doce cozida e carne de<br>porco | Brócolis<br>Risoto de frango<br>Melão                            | Sopa de feijão com legumes e ovos<br>Laranja                      |
| <b>Segunda – Feira 13/03</b>                                      | <b>Terça – Feira 14/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 15/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 16/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 17/03</b>                                        |
| Grão de bico/tomate<br>Macarrão (sem glúten) com carne<br>de gado | Chuchu<br>Quirera com carne de porco                                         | Couve-flor<br>Polenta com carne de frango                        | Couve refogada<br>Virado de feijão e omelete<br>Laranja          | Brócolis<br>Batata cozida, arroz, frango<br>refogado<br>Manga     |
| <b>Segunda – Feira 20/03</b>                                      | <b>Terça – Feira 21/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 22/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 23/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 24/03</b>                                        |
| Sopa de legumes com frango                                        | Repolho<br>Arroz, feijão, picadinho de carne<br>de gado com cenoura e batata | Brócolis<br>Arroz, feijão<br>Farofa de carne moída<br>Banana     | Pepino<br>Arroz, feijão, nhoque de batata<br>com molho de frango | Repolho<br>Arroz carreteiro<br>Melancia                           |
| <b>Segunda – Feira 27/03</b>                                      | <b>Terça – Feira 28/03</b>                                                   | <b>Quarta – Feira 29/03</b>                                      | <b>Quinta – Feira 30/03</b>                                      | <b>Sexta – Feira 31/03</b>                                        |
| Tomate<br>Polenta com carne de frango                             | Beterraba<br>Arroz, feijão<br>Carne de gado refogada                         | Alface<br>Macarrão (sem glúten) com carne<br>de frango ao molho  | Repolho<br>Mandioca com carne de porco<br>Maça                   | Tomate<br>Risoto de frango<br>Mamão                               |

*Daniela Aline Vaz Preto*  
*Nutricionista CRN8 /6614*