



Prefeitura do Município de Londrina  
Secretaria Municipal de Educação  
Gerência de Alimentação Escolar – GAE



**CMEIS**

CARDÁPIO CMEIS

ABRIL / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	5	6	7	8	9
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Achocolatado Biscoito Cream Cracker	Chá Pão com Requeijão	Suco de Polpa Fruta - Banana	Leite Batido com Fruta (Banana) Fruta - Melão	Leite com Polpa Pão com Manteiga
<b>KCAL DESJEJUM</b>	246	134	111	156	225
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Feijão Ovo Mexido com Legume (Cenoura) Salada de Alface	Macarrão a Bolonhesa Legume Cozido (Beterraba) Fruta - Laranja	Arroz Feijão Carne em Cubos com Legume (Batata Doce) Salada de Repolho	Arroz Feijão Frango (Sobrec.) ao Molho com Legume (Cenoura) Salada de Couve/Tomate	Arroz Feijão Carne Moída com Legume (Milho e Ervilha) Legume Refogado (Abobrinha)
<b>KCAL ALMOÇO</b>	212	219	239	214	206
<b>LANCHE</b>	Suco com Polpa Pão com Queijo	Flocos com Leite Fruta - Pera	Leite Batido com Polpa Pão com Manteiga	Canjica	Gelatina Fruta - Maçã
<b>KCAL LANCHE</b>	115	216	225	200	60
<b>JANTAR</b>	Risoto de Frango	Arroz Feijão Frango com Legume (Cenoura)	Arroz Colorido Carne em Tiras Acebolada	Macarrão à Bolonhesa Fruta - Banana	Arroz Frango com Legume (Abóbora) Fruta - Pera
<b>KCAL JANTAR</b>	139	204	161	244	200
<b>KCAL TOTAL</b>	712	773	736	814	691



Prefeitura do Município de Londrina  
Secretaria Municipal de Educação  
Gerência de Alimentação Escolar – GAE



**CMEIS**

CARDÁPIO CMEIS

ABRIL / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	12	13	14	15	16
<b>DESJEJUM</b>	Chá Pão com Queijo	Bebida Láctea Fruta - Mamão	Leite com Polpa Pão com Manteiga	Leite com Fruta (Banana + Mamão)	Leite com Achocolatado Biscoito Amanteigado
<b>KCAL DESJEJUM</b>	139	118	225	130	191
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Feijão Carne em Tiras Refogada Fruta - Maça	Arroz Estrogonoff de Frango Legume Sautê (Batata Doce) Salada de Tomate	Arroz Polenta com Molho de Carne Moída Legume Refogado (Couve-Flor) Fruta - Melão	Arroz Feijão Frango Refogado Legumes Refogados (Chuchu/Cenoura)	Macarrão Festivo Salada (Alface e Pepino) Fruta - Laranja
<b>KCAL PRINCIPAL</b>	236	273	244	209	223
<b>LANCHE</b>	Suco de Polpa Biscoito Maisena	Bebida Láctea	Chá	Suco de Polpa Pão com Requeijão	Salada de Frutas (Mamão/Laranja/Maçã)
<b>KCAL LANCHE</b>	144	82	62	110	30
<b>JANTAR</b>	Arroz Colorido Ovos Mexidos	Macarrão com Carne Moída, Tomate, Milho Verde e Ervilha Fruta - Laranja	Arroz Feijão Carne de Panela com Legume (Abóbora)	Macarrão com Frango Desfiado Fruta - Maça	Arroz Estrogonofe de Carne Legumes Sautê - Batata
<b>KCAL JANTAR</b>	164	208	199	217	229
<b>KCAL TOTAL</b>	683	681	731	665	674



Prefeitura do Município de Londrina  
Secretaria Municipal de Educação  
Gerência de Alimentação Escolar – GAE



**CMEIS**

CARDÁPIO CMEIS

ABRIL / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	19	20	21	22	23
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Polpa Biscoito Rosquinha	Suco de Polpa Pão com Queijo	<b>FERIADO</b>	Leite com Achocolatado Fruta - Banana	Leite Batido com Fruta (Abacate)
<b>KCAL DESJEJUM</b>	221	115	0	215	137
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Omelete com Mussarela e Tomate Ou Omelete de Forno Legume Refogado (Cenoura) Fruta - Melão	Arroz Feijão Carne de Panela com Legume (Abóbora Seca) Fruta - Maça	<b>FERIADO</b>	Arroz Nhoque com Molho de Carne Moída Salada de Acelga	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Abobrinha) Salada (Couve-Manteiga) Fruta - Banana
<b>KCAL ALMOÇO</b>	250	244	0	199	285
<b>LANCHE</b>	Suco de Polpa Biscoito Cream Cracker	Chá Biscoito Rosquinha	<b>FERIADO</b>	Suco de Polpa Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão
<b>KCAL LANCHE</b>	141	162	0	142	214
<b>JANTAR</b>	Macarrão com Frango e Legumes (Abobrinha)	Arroz Polenta com Carne Moída	<b>FERIADO</b>	Arroz Feijão Carne com Legumes (Vagem e Cenoura)	Canja Fruta - Melão
<b>KCAL JANTAR</b>	174	210	0	201	99
<b>KCAL TOTAL</b>	786	730	0	757	736



Prefeitura do Município de Londrina  
Secretaria Municipal de Educação  
Gerência de Alimentação Escolar – GAE



CMEIS

CARDÁPIO CMEIS

ABRIL / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	26	27	28	29	30
<b>DESJEJUM</b>	Suco de Polpa Pão com Manteiga	Leite com flocos Fruta - Mamão	Leite com achocolatado Biscoito maisena	Chá Pão com Requeijão	Leite com Polpa Fruta - Maçã
<b>KCAL DESJEJUM</b>	142	209	248	134	165
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Cenoura) Brócolis refogado Fruta - Laranja	Macarrão com Frango Desfiado Legume Refogado (Vagem/Chuchu) Salada de Alface	Arroz Tiras acebolada Lagume Sauté (Batata) Fruta - Mamão	Arroz Feijão Carne Moída Refogada Legume Refogado (Chuchu) Salada de Tomate	Risoto de Frango Legumes (Cenoura/Vagem) Salada de Pepino
<b>KCAL ALMOÇO</b>	247	193	234	219	164
<b>LANCHE</b>	Leite com Polpa	Chá Pão de Queijo	Suco de Polpa Pão com Requeijão	Salada de Frutas (Mamão/Maçã/Laranja)	Leite com Achocolatado Biscoito Amanteigado
<b>KCAL LANCHE</b>	121	139	110	30	191
<b>JANTAR</b>	Risoto de Frango Gelatina	Arroz Feijão Carne de Panela com Legume (Batata Doce) Fruta - Macã	Nhoque à Bolonhesa	Arroz Polenta com Frango ao Molho Fruta - Banana	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Vagem)
<b>KCAL JANTAR</b>	155	274	96	284	199
<b>KCAL TOTAL</b>	665	814	689	667	720

*Mirtz Al Nakamura Kuwahara*  
Mirtz Al Nakamura Kuwahara  
Nutricionista CRN-8/1212

*Beatriz Lourenço Nunes*  
Beatriz Lourenço Nunes  
Nutricionista CRN8/231

*Renata Perucelo Romero*  
Renata Perucelo Romero  
Nutricionista CRN8/2451

*Fábio Alfredo Gonçalves de Campos*  
Fábio Alfredo Gonçalves de Campos  
Gerente de Alimentação Escolar

HORARIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	
ALMOÇO	
LANCHE DA TARDE	
JANTAR:	

OBS: Os ingredientes que compõem as preparações, bem como as informações nutricionais de macronutrientes prioritários constam na ficha técnica da preparação.