



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



FUNDAMENTAL

CARDÁPIO FUNDAMENTAL

ABRIL / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	5	6	7	8	9
DESJEJUM	Chá Pão com Requeijão	Leite com Achocolatado Biscoito Cream Cracker	Suco de Polpa Fruta - Banana	Leite Batido com Fruta (Banana) Fruta - Melão	Leite Batido com Polpa Pão com Manteiga
KCAL DESJEJUM	168	307	139	199	281
PRINCIPAL	Arroz Feijão Ovo Mexido com Legume (Cenoura) Salada de Alface	Macarrão à Bolonhesa Salada de Legume (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 Acelga	Arroz Feijão Carne Moída com Legume (Milho e Ervilha) Salada de Alface, Tomate e Cenoura
KCAL PRINCIPAL	265	274	298	268	259
KCAL TOTAL	432	581	437	467	541
	12	13	14	15	16
DESJEJUM	Chá Pão com Queijo	Bebida Láctea Fruta - Mamão	Leite Batido com Polpa Pão com manteiga	Leite Batido com Fruta (Banana + Mamão)	Leite com Achocolatado Biscoito Amanteigado
KCAL DESJEJUM	174	158	281	162	239
PRINCIPAL	Arroz Feijão Carne em Tiras Refogada Fruta - Maçã	Arroz Estrogonoff de Frango Legume Sauté (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
KCAL PRINCIPAL	295	328	309	261	272
KCAL TOTAL	468	485	591	423	512



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



FUNDAMENTAL

CARDÁPIO FUNDAMENTAL

ABRIL / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	19	20	21	22	23
DESJEJUM	Leite Batido com Polpa Biscoito Rosquinha	Suco de Polpa Pão com Queijo	FERIADO	Leite com Achocolatado Fruta - Banana	Leite Batido com Fruta (Abacate)
KCAL DESJEJUM	277	143	0	269	171
PRINCIPAL	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 - Maçã	FERIADO	Arroz Nhoque com Molho de Carne Moída Salada de Acelga	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Abobrinha) Salada (Couve-Manteiga) Fruta - Banana
KCAL PRINCIPAL	312	305	0	251	356
KCAL TOTAL	589	448	0	520	527
	26	27	28	29	30
DESJEJUM	Suco de Polpa Pão com Manteiga	Leite com Flocos Fruta - Mamão	Leite com Achocolatado Biscoito Maisena	Chá Pão com Requeijão	Leite Batido com Polpa Fruta - Maçã
KCAL DESJEJUM	178	262	310	168	206
PRINCIPAL	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 Legume Refogado(Cenoura/Vagem) Salada de Pepino
KCAL PRINCIPAL	309	241	292	266	205
KCAL TOTAL	487	502	603	434	411

Mirza Al Nakamura Kawahara
Nutricionista CRN8/1212

Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN8/231

Renata Perucelo Romero
Nutricionista CRN8/2451

Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar

HORARIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	
ALMOÇO	
LANCHE DA TARDE	
JANTAR:	

UBS: Os ingredientes que compoem as preparações, bem como as informações nutricionais de macronutrientes prioritarios constam na ficha tecnica da preparação.