



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



EJA

CARDÁPIO EJA - PARCIAL

AGOSTO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	2	3	4	5	6
PRINCIPAL	Arroz Feijão Ovo mexido com cenoura Salada de Alface	Macarrão a Bolonhesa Legume Cozido (beterraba)	Arroz Feijão Carne de panela com Legume (batata doce) Salada de Repolho	Arroz Feijão Frango ao molho com legume (batata) Salada de Couve/Tomate	Arroz Feijão Quibe Assado Legume refogado (abobrinha)
KCAL PRINCIPAL	448	402	473	445	424
	9	10	11	12	13
PRINCIPAL	Arroz Feijão Carne Moída refogada com Legume (Vagem)	Arroz Estrogonofe de Frango Legume Sauté (Batata) Salada de Tomate	Arroz Polenta com carne em cubos desfiada Legume Refogado (couve-flor)	Arroz Feijão Filé de frango grelhado Legumes a juliana (Chuchu/Cenoura)	Macarrão Festivo Salada de Alface/Pepino
KCAL PRINCIPAL	398	464	423	304	356
	16	17	18	19	20
PRINCIPAL	Arroz Omelete com mussarela e tomate Ou Omelete de forno Legume Refogado (Cenoura)	Arroz Feijão Carne de panela com legume (Cabotiá)	Arroz Com brócolis Frango refogado com cebola Farofa com legumes Salada de Tomate	Arroz Nhoque com molho de carne moída Salada de Acelga	Arroz Feijão Tiras com legume (abobrinha menina) Salada de couve-manteiga
KCAL PRINCIPAL	428	405	518	387	429
	23	24	25	26	27
PRINCIPAL	Arroz Feijão Ovo mexido Escarola refogada	Macarrão com frango desfiado Seleta de legumes (vagem/chuchu) Salada de alface	Arroz Tiras acebolada Legume Sauté (Batata)	Arroz Feijão Hambúrguer de carne moída Chuchu Cozido em tiras Salada de Tomate	Risoto de Frango (sobrecoxa) com Legumes (Tomate/cenoura/vagem) Salada de Pepino
KCAL PRINCIPAL	458	371	360	436	221
	30	31			
PRINCIPAL	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de Beterraba cozida	Arroz Torta Madalena Salada de Repolho			
KCAL PRINCIPAL	474	449			

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
PRINCIPAL	INÍCIO DO PERÍODO DE ATENDIMENTO

Mirtz A. Nakamura Kuwahara
Mirtz A. 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