



CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

OUTUBRO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
					1
DESJEJUM					FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - PERA
ALMOÇO					ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCOLIS SALADA PEPINO COM TOMATE
LANCHE					FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - LARANJA
JANTAR					SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO E LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA)
KCAL TOTAL					531
	4	5	6	7	8
DESJEJUM	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAÇÃ	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAMÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRICASSÊ DE FRANGO LEGUMES REFOGADOS (CENOURA/CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA LEGUME REFOGADO REPOLHO COM TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO LEGUMES REFOGADOS (ESPINAFRE/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM LEGUMES
LANCHE	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - LARANJA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - PERA
JANTAR	ARROZ COLORIDO FEIJÃO TIRAS ACEBOLADA LEGUME REFOGADO - BROCOLIS/COUVE-FLOR	ARROZ POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO - COUVE-MANTEIGA	MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE LEGUME REFOGADO (CENOURA)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES
KCAL TOTAL	643	541	621	627	507
	11	12	13	14	15
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAÇÃ	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAMÃO
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA BATATA SAUTÊ	MACARRÃO A BOLONHESA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCOLIS
LANCHE	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - LARANJA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) SALADA DE FRUTA
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	ARROZ FRANGO AO MOLHO LEGUME SAUTÊ - VAGEM/CHUCHU	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS ACEBOLADO LEGUME REFOGADO - ABÓBORA	MACARRÃO FESTIVO LEGUME REFOGADO ACELGA COM TOMATE
KCAL TOTAL			587	616	542



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



BERÇÁRIO

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

OUTUBRO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18	19	20	21	22
DESJEJUM	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) Fruta - Mamão	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAÇÃ
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO LEGUMES REFOGADOS (COUVE- MANTEIGA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (BATATA DOCE) LEGUMES REFOGADOS REPOLHO COM CENOURA	ARROZ POLENTA COM FRANGO AO MOLHO LEGUMES REFOGADO (CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA SALADA DE COUVE-FLOR	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRA COM BATATA
LANCHE	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - PERA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAÇÃ	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES	ARROZ TUTU DE FEIJÃO COM OVOS LEGUMES REFOGADOS (COUVE- MANTEIGA COM TOMATE)	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E FRANGO	MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO E LEGUME COM MOLHO (ABOBRINHA)
KCAL TOTAL	610	497	533	622	667
	25	26	27	28	29
DESJEJUM	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAÇÃ	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAMÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MAMÃO
ALMOÇO	ARROZ COLORIDO CARNE EM TIRAS COM LEGUME	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA LEGUMES REFOGADO (ACELGA/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE BATATA SAUTÉ
LANCHE	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - LARANJA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - PERA	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - MELÃO	FÓRMULA INFANTIL (LEITE) FRUTA - BANANA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO ROCAMBOLE DE CARNE	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS LEGUMES REFOGADOS (BETERRABA)	MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (BRÓCOLIS)	CANJA DE ARROZ COM FRANGO E LEGUMES	FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (VAGEM/CENOURA)
KCAL TOTAL	559	554	527	568	612

Mitz A. Nakamura Kuwahara
Mitz A. Nakamura Kuwahara
Nutricionista CRN-8/1312

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

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	15' antes das atividades pedagógicas
ALMOÇO	3h após o início das atividades pedagógicas
LANCHE DATARDE	2h após almoço
JANTAR	2h após lanche da tarde

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