



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



CMEI

CARDÁPIO CMEI (C1, C2, C3, P4 e P5) - PARCIAL

OUTUBRO / 2021

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|----------------------------|--|--|--|--|---|
| | | | | | 1 |
| DESJEJUM / LANCHE DA TRADE | | | | | LEITE COM FLOCOS BANANA |
| PRINCIPAL | | | | | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA/ CEBOLINHA/SALSINHA) BANANA |
| KCAL TOTAL | | | | | 425 |
| | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| DESJEJUM / LANCHE DA TRADE | LEITE COM ACHOCOLATADO BANANA | LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA | LEITE COM ACHOCOLATADO PIPOCA | LEITE COM ACHOCOLATADO BOLACHA CASEIRA | LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MANTEIGA OU REQUEIJÃO |
| PRINCIPAL | MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA/SALSINH A/CEBOLINHA) | PÃO DE QUEIJO MAÇÃ | ARROZ COLORIDO (CENOURA/MILHO) FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUMES BATATA DOCE/CEBOLINHA/SALSINHA/ EXTRATO MAÇÃ | SANDUICHE NATURAL PÃO - MAIONESE - CARNE MOÍDA REFOGADO COM TOMATE E CENOURA RALADA - ALFACE) BANANA | ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES (CHUCHU/CENOURA) SALADA DE ALFACE MAÇÃ |
| KCAL TOTAL | 414 | 363 | 641 | 435 | 408 |
| | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| DESJEJUM / LANCHE DA TRADE | RECESSO ESCOLAR | FERIADO | MINGAU DE CHOCOLATE | LEITE COM ACHOCOLATADO BOLACHA CASEIRA | LEITE COM ACHOCOLATADO PIPOCA |
| PRINCIPAL | RECESSO ESCOLAR | FERIADO | CREPIOCA COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA/SALSINHA/ EBOLINHA) SALADA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA/LARANJA) | PÃO DE QUEIJO MAÇÃ | ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUMES (EXTRATO) BATATA DOCE/CHEIRO VERDE GELATINA COLORIDA |
| KCAL TOTAL | | | 300 | 389 | 349 |



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



CMEI

CARDÁPIO CMEI (C1, C2, C3, P4 e P5) - PARCIAL

OUTUBRO / 2021

| | SEGUNDA 18 | TERÇA 19 | QUARTA 20 | QUINTA 21 | SEXTA 22 |
|----------------------------|---|---|---|---|--|
| DESJEJUM / LANCHE DA TRADE | MINGAU DE CHOCOLATE | LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO PÃO DE MEL | LEITE COM FLOCOS MAÇA | LEITE COM ACHOCOLATADO MAÇA | LEITE COM ACHOCOLATADO BANANA |
| PRINCIPAL | MACARRÃO CREMOSO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (REQUEIJÃO/EXTRATO/ACELGAS/ ALSINHA/CEBOLINHA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (REPOLHO/SALSINHA/CEBOLINHA) MAÇA | ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BATATA DOCE/SALSINHA / CEBOLINHA) | CREPIOCA COM LEGUMES (COUVE- MANTEIGA/CENOURA/SALSINHA/ CEBOLINHA) | ARROZ COLORIDO (CENOURA/VAGEM/MILHO/ SALSINHA/ CEBOLINHA) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (ABÓBORA KABOTIÁ) GELATINA COLORIDA |
| KCAL TOTAL | 357 | 430 | 410 | 405 | 396 |
| | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| DESJEJUM / LANCHE DA TRADE | LEITE COM ACHOCOLATADO BANANA | LEITE COM ACHOCOLATADO MAÇÃ | LEITE COM FLOCOS MAÇÃ | LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO PÃO DE MEL | LEITE COM ACHOCOLATADO MAÇÃ |
| PRINCIPAL | ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BATATA DOCE/CEBOLINHA / SALSINHA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDO COM LEGUMES (CENOURA/CEBOLINHA / SALSINHA) | ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE (EXTRATO/SALSINHA/ CEBOLINHA) PURE DE BATATAS | SANDUICHE NATURAL PÃO - MAIONESE - CARNE MOÍDA REFOGADO COM TOMATE E CENOURA RALADA - MILHO) BANANA | ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS ACEBOLADA FAROFA DE LEGUMES COM OVOS (REPOLHO/CEBOLINHA / SALSINHA) |
| KCAL TOTAL | 423 | 356 | 368 | 417 | 430 |

Mirza A. Nakamura Kawahara
Mirza A. Nakamura Kawahara
Nutricionista CRN-8/1232

Beatriz Lourenço Nunes
Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN8/231

Renata Perucelo Romero
Renata Perucelo Romero
Nutricionista CRN8/2451

Fábia Afrada Gonçalves de Campos
Fábia Afrada 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.

** Cardápio elaborado para o retorno escalonado dos alunos da Rede Municipal de Ensino, levando em consideração as condições administrativas de gêneros alimentícios disponíveis na rede.

PODERÁ PARA O C1 E C2 SE NECESSÁRIO UTILIZAR O CARDÁPIO PROPOSTO PARA O CB (BERÇÁRIO)

