



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



CMEI

DEZEMBRO / 2021

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

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			1	2	3
DESJEJUM / LANCHE DA TRADE			LEITE COM FLOCOS BANANA	LEITE BATIDO COM FRUTA (BANANA+ MAÇÃ)	LEITE COM FLOCOS MELÃO
PRINCIPAL			MACARRÃO A BOLONHESA LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA) GELATINA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ACELGA/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO FAROFÁ DE LEGUMES (CENOURA/COUVE-MANTEIGA)
KCAL TOTAL			410	395	422
	6	7	8	9	10
DESJEJUM / LANCHE DA TRADE	LEITE COM FLOCOS MAÇÃ	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO	LEITE COM FLOCOS MAÇÃ	PRÁTICA PEDAGÓGICA	FERIADO
PRINCIPAL	MACARRÃO A BOLONHESA LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA)	ARROZ COLORIDO (CENOURA/VAGEM/MILHO) FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE) LARANJA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA)	PRÁTICA PEDAGÓGICA	FERIADO
KCAL TOTAL	348	458	410		
	13	14	15	16	17
DESJEJUM / LANCHE DA TRADE	LEITE COM FLOCOS FRUTA	LEITE BATIDO COM FRUTA (FRUTAS)	LEITE COM FLOCOS FRUTA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO	LEITE COM FLOCOS FRUTA
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM MILHO LEGUMES REFOGADOS	ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARNE TIRAS COM LEGUMES	MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE AO MOLHO FRUTA	MACARRÃO COM LEGUMES E CARNE
KCAL TOTAL	349	367	406	483	413



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



CMEI

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

DEZEMBRO / 2021

	SEGUNDA 20	TERÇA 21	QUARTA 22	QUINTA 23	SEXTA 24
DESJEJUM / LANCHE DA TRADE	FÉRIAS ESCOLARES				
PRINCIPAL	FÉRIAS ESCOLARES				
KCAL TOTAL	27	28	29	30	31
DESJEJUM / LANCHE DA TRADE	FÉRIAS ESCOLARES				
PRINCIPAL	FÉRIAS ESCOLARES				
KCAL TOTAL					

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

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE NOVEMBRO 2021		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	4769	434
PROT.	182	17
LIPÍDEOS	99	9
SAT.	38	3
CARB.	797	72
FIBRA	55	5
CÁLCIO	1306	119
MAGNÉSIO	650	59
FERRO	31	3
ZINCO	37	3
RETINOL	538	49
VIT. C	230	21
SÓDIO	4123	375
GORD. TRANS	0	0

Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar

Mirtz A. Nakamura Kuwahara
Nutricionista CRN-8/1212

Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN8/231

Renata Perucelo Romero
Nutricionista CRN8/2451

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

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.