



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



**BERÇÁRIO**  
**FEVEREIRO / 2022**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

	SEGUNDA 31/jan	TERÇA 1	QUARTA 2	QUINTA 3	SEXTA 4
DESJEJUM	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022
ALMOÇO	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022
LANCHE DA TARDE	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022
JANTAR	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022	1º ENCONTRO DE GESTORES/2022
KCAL TOTAL	0	0	0	0	0
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAÇA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAMÃO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MELÃO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>
ALMOÇO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA  SALADA DE <b>BETERRABA</b>	ARROZ  FEIJÃO  CARNE MOÍDA COM LEGUME  <b>(ABOBRINHA)</b>	ARROZ  FEIJÃO  CARNE COM LEGUME  <b>(BATATA DOCE)</b>	ARROZ  FEIJÃO  CARNE MOIDA COM LEGUME  <b>(ACELGA/CENOURA)</b>	ARROZ  FEIJÃO  OVOS MEXIDOS COM LEGUME  <b>(CENOURA/ABOBRINHA)</b>
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAMÃO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>LARANJA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MELANCIA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAMÃO</b>
JANTAR	ARROZ  FEIJÃO CARNE COM LEGUME <b>(BATATA DOCE)</b>	MACARRÃO COM CARNE  LEGUME REFOGADO <b>(REPOLHO/TOMATE)</b>	ARROZ  FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME <b>(ABOBRINHA)</b>	ARROZ  FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME <b>(ABOBRINHA/ESPINAFRE)</b>	ARROZ  FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME <b>(ACELGA)</b>
KCAL TOTAL	631	600	597	571	582



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



**BERÇÁRIO**

**FEVEREIRO / 2022**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14	15	16	17	18
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>ABACATE</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAÇÃ</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>ABACATE</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAÇÃ</b>
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA LEGUME REFOGADO ( <b>ACELGA/ CENOURA</b> )	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME ( <b>CENOURA/ABOBRINHA</b> )	MACARRÃO COM CARNE E LEGUME ( <b>CENOURA</b> ) LEGUME REFOGADO ( <b>CHUCHU</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME ( <b>BATATA DOCE</b> )	MACARRÃO COM CARNE LEGUME REFOGADO ( <b>CENOURA/ESPINAFRE</b> )
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MELANCIA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAMÃO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MELANCIA</b>
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES ( <b>CENOURA/CHUCHU</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME <b>CHUCHU/ESCAROLA</b>	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME ( <b>CENOURA/ABOBRINHA</b> )	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA E LEGUMES ( <b>ABOBRINHA/BATATA</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES ( <b>BATATA</b> )
KCAL TOTAL	646	580	584	629	570
	21	22	23	24	25
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAÇÃ</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAMÃO PICADO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MELÃO PICADO</b>
ALMOÇO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES ( <b>ACELGA/CENOURA</b> )	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME ( <b>CENOURA/ESCAROLA</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES ( <b>BATATA DOCE</b> )	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES ( <b>ABOBORA CABOTIÁ</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO LEGUME REFOGADO ( <b>ACELGA/CENOURA</b> )
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>LARANJA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MELANCIA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAMÃO PICADO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>MAÇÃ</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>BANANA</b>
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME ( <b>CENOURA/ESPINAFRE</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME ( <b>BATATA</b> )  LEGUME REFOGADO ( <b>ACELGA</b> )	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUME ( <b>CENOURA</b> )	ARROZ FEIJÃO  CARNE AO MOLHO  SALADA DE <b>BETERRABA</b>	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES  ( <b>CENOURA/CHUCHU</b> )
KCAL TOTAL	587	605	578	572	598



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



**BERÇÁRIO**  
**FEVEREIRO / 2022**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

SEGUNDA	
28	
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR
LANCHE DA TARDE	RECESSO ESCOLAR
JANTAR	RECESSO ESCOLAR
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>0</b>

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 FEVEREIRO 2022		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	8892	593
PROT. (g)	301	20
LÍPIDEOS (g)	294	20
SAT. (g)	111	7
CARB. (g)	1272	85
FIBRA (g)	101	7
CÁLCIO (mg)	5363	358
MAGNÉSIO (mg)	1331	89
FERRO (mg)	97	6
ZINCO (mg)	69	5
RETINOL (mcg)	4768	318
VIT. C (mg)	918	61
SÓDIO (mg)	5034	336
GORD. TRANS (g)	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

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.



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



**BERÇÁRIO**  
**FEVEREIRO / 2022**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

**SEMANA DE 07/02/2022 A 11/02/2022**

	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.942	588
PROT. (g)	100	20
LIPÍDEOS (g)	96	19
SAT. (g)	36	7
CARB. (g)	423	85
FIBRA (g)	33	7
CÁLCIO (mg)	1789	358
MAGNÉSIO (mg)	460	92
FERRO (mg)	33	7
ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1589	318
VIT. C (mg)	297	59
SÓDIO (mg)	1858	372
GORD. TRANS (g)	0	0

**SEMANA DE 14/02/2022 A 18/02/2022**

	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.009	602
PROT. (g)	100	20
LIPÍDEOS (g)	104	21
SAT. (g)	39	8
CARB. (g)	423	85
FIBRA (g)	37	7
CÁLCIO (mg)	1779	356
MAGNÉSIO (mg)	434	87
FERRO (mg)	32	6
ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1589	318
VIT. C (mg)	295	59
SÓDIO (mg)	1618	324
GORD. TRANS (g)	0	0

**SEMANA DE 21/02/2022 A 25/02/2022**

	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.941	588
PROT. (g)	101	20
LIPÍDEOS (g)	94	19
SAT. (g)	36	7
CARB. (g)	426	85
FIBRA (g)	31	6
CÁLCIO (mg)	1795	359
MAGNÉSIO (mg)	437	87
FERRO (mg)	32	6
ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1590	318
VIT. C (mg)	326	65
SÓDIO (mg)	1558	312
GORD. TRANS (g)	0	0