



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



CMEI
FEVEREIRO / 2022

CARDÁPIO CMEI (C1, C2, C3, P4 E P5) - 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
	7	8	9	10	11
DESJEJUM	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) PÃO COM MANTEIGA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) BANANA
ALMOÇO	MACARRÃO A BOLONHESA SALADA DE BETERRABA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (ABOBORA CABOTIÁ) SALADA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (BATATA DOCE)	ARROZ NHOQUE A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (ESCAROLA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/CHUCHU) SALADA (PEPINO)
LANCHE DA TARDE	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) BANANA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) MELANCIA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) PÃO COM MANTEIGA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (BATATA DOCE)	MACARRÃO A BOLONHESA SALADA TOMATE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (ABOBORA CABOTIÁ) SALADA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CHUCHU/ESPINAFRE)	ARROZ NHOQUE A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (ACELGA) LARANJA
KCAL TOTAL	773	800	854	804	876



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



CMEI

CARDÁPIO CMEI (C1, C2, C3, P4 E P5) - INTEGRAL

FEVEREIRO / 2022

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14	15	16	17	18
DESJEJUM	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA/ACABATE) BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) BANANA	VITAMINA DE FRUTAS (ABACATE+BANANA) PÃO COM MANTEIGA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAÇÃ
ALMOÇO	ARROZ NHOQUE A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (ACELGA COM CENOURA) LARANJA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/CHUCHU)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (CENOURA) SALADA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (BATATA DOCE) SALADA (ACELGA)	MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (CENOURA)
LANCHE DA TARDE	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MELANCIA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) LARANJA	VITAMINA DE FRUTAS (ABACATE+BANANA) PÃO COM MANTEIGA
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (CENOURA) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ NHOQUE A BOLONHESA SALADA DE (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/CHUCHU) LARANJA	PÃO DE QUEIJO LEITE BATIDO COM FRUTA (BANANA + MAÇÃ) E/OU MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (BATATA) SALADA (ALFACE) MELANCIA
KCAL TOTAL	856	735	856	1125	845



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



CMEI

CARDÁPIO CMEI (C1, C2, C3, P4 E P5) - INTEGRAL

FEVEREIRO / 2022

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21	22	23	24	25
DESJEJUM	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) BANANA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) MAMÃO PICADO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE) MELÃO PICADO
ALMOÇO	MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (ACELGA/CENOURA) LARANJA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ESCAROLA) SALADA CRUA ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA PURÊ DE LEGUMES (BATATA)	MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (ABOBORA)	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO LEGUMES REFOGADOS (ACELGA/CENOURA)
LANCHE DA TARDE	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MELANCIA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) LARANJA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE) MELÃO PICADO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAÇÃ) BISCOITO CREAM CRAKER
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ESPINAFRE) SALADA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUME (BATATA)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ CARNE AO MOLHO SALADA DE (BETERRABA)	PÃO COM CARNE MOIDA + SALADA (ALFACE) E/OU MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (CENOURA) LARANJA
KCAL TOTAL	834	748	773	707	724



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



CMEI

FEVEREIRO / 2022

CARDÁPIO CMEI (C1, C2, C3, P4 E P5) - INTEGRAL

	SEGUNDA 28
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR
	RECESSO ESCOLAR
LANCHE DA TARDE	RECESSO ESCOLAR
JANTAR	RECESSO ESCOLAR
KCAL TOTAL	0

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

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

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE FEVEREIRO 2022

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	12140	809
PROT. (g)	456	30
LÍPÍDEOS (g)	332	22
SAT. (g)	124	8
CARB. (g)	1884	126
FIBRA (g)	132	9
CÁLCIO (mg)	4100	273
MAGNÉSIO (mg)	1641	109
FERRO (mg)	61	4
ZINCO (mg)	55	4
RETINOL (mcg)	1874	125
VIT. C (mg)	833	56
SÓDIO (mg)	11727	782
GORD. TRANS (g)	0	0

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.



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



CMEI
FEVEREIRO / 2022

CARDÁPIO CMEI (C1, C2, C3, P4 E P5) - INTEGRAL

VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

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

	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	4.160	832
PROT. (g)	156	31
LIPÍDEOS (g)	104	21
SAT. (g)	43	9
CARB. (g)	667	133
FIBRA (g)	47	9
CÁLCIO (mg)	1351	270
MAGNÉSIO (mg)	607	121
FERRO (mg)	22	4
ZINCO (mg)	19	4
RETINOL (mcg)	630	126
VIT. C (mg)	296	59
SÓDIO (mg)	3830	766
GORD. TRANS (g)	0	0

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

	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	4.417	883
PROT. (g)	152	30
LIPÍDEOS (g)	134	27
SAT. (g)	44	9
CARB. (g)	672	134
FIBRA (g)	44	9
CÁLCIO (mg)	1489	298
MAGNÉSIO (mg)	520	104
FERRO (mg)	20	4
ZINCO (mg)	18	4
RETINOL (mcg)	741	148
VIT. C (mg)	262	52
SÓDIO (mg)	4472	894
GORD. TRANS (g)	0	0

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

	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.563	713
PROT. (g)	148	30
LIPÍDEOS (g)	94	19
SAT. (g)	37	7
CARB. (g)	545	109
FIBRA (g)	41	8
CÁLCIO (mg)	1260	252
MAGNÉSIO (mg)	514	103
FERRO (mg)	19	4
ZINCO (mg)	18	4
RETINOL (mcg)	503	101
VIT. C (mg)	275	55
SÓDIO (mg)	3425	685
GORD. TRANS (g)	0	0