



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



FUNDAMENTAL
PARCIAL

ABRIL / 2022

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - PARCIAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
					1
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE					VITAMINA DE FRUTA (BANANA E MAÇÃ) MAMÃO
PRINCIPAL					ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (BATATA) SALADA DE ALFACE COM TOMATE MELÃO
KCAL TOTAL	0	0	0	0	435
	4	5	6	7	8
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	SUCO DE POLPA BISCOITO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE) BANANA	LEITE COM POLPA BISCOITO	CHÁ PÃO COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS BANANA
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE) SALADA PEPINO MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE) MELANCIA PICADA	ARROZ NHOQUE COM MOLHO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA) LARANJA
KCAL TOTAL	694	495	509	521	528
	11	12	13	14	15
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE COM POLPA MAÇÃ	CHÁ BISCOITO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE) MAMÃO	SUCO DE POLPA PÃO COM DOCE	FERIADO
PRINCIPAL	ARROZ NHOQUE A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (ACELGA COM CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA COUVE-MANTEIGA MELÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MILHO E CENOURA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES BATATA DOCE TIRAS SALADA CRUA (PEPINO) LARANJA MINGAU DE CHOCOLATE	FERIADO
KCAL TOTAL	492	496	420	506	329



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



FUNDAMENTAL
PARCIAL

ABRIL / 2022

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - PARCIAL

	18	19	20	21	22
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAMÃO	LEITE COM POLPA BISCOITO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE) MAÇÃ	FERIADO	RECESSO
PRINCIPAL	MACARRÃO A BOLONHESA LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA) SALADA DE BETERRABA LARANJA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA ALFACE BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA TIRAS PURÊ DE LEGUMES (BATATA) SALADA DE TOMATE/PEPINO	FERIADO	RECESSO
KCAL TOTAL	478	503	524	0	0
	25	26	27	28	29
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MELÃO	SUCO DE POLPA BISCOITO	LEITE COM POLPA MAÇÃ	BEBIDA LÁCTEA MELÃO PICADO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) PÃO COM QUEIJO
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE) LARANJA	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE) SALADA PEPINO	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA/BROCOLIS) SUCO DE POLPA	ARROZ NHOQUE COM MOLHO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA) BANANA
KCAL TOTAL	694	495	509	329	528

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE ABRIL 2022

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	15' antes das atividades pedagógicas
PRINCIPAL MANHÃ	2h após o início das atividades pedagógicas
LANCHE DATAARDE	15' antes das atividades pedagógicas
PRINCIPAL TARDE	2h após o início das atividades pedagógicas

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	8.354	464
PROT.	319	18
LIPÍDEOS	190	11
SAT.	74	4
CARB.	1359	75
FIBRA	76	4
CÁLCIO	2371	132
MAGNÉSIO	882	49
FERRO	34	2
ZINCO	35	2
RETINOL	1225	68
VIT. C	471	26
SÓDIO	6726	374
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

OBS: * As FRUTAS que sobram do Desjejum/Lanche da Tarde podem ser servidas como Sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar).

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

* Cardápio poderá sofrer alterações com relação: aos hortifrutis pelo grau de maturação; excepcionais que possam ocorrer na unidade escolar; intercorrências com as entregas;

* As substituições são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar, não sendo considerado alteração de cardápio por não ter alteração significativa na composição nutricional.

* Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº6, de 08 de maio de 2020 e nº20, de 02 de dezembro de 2020).