



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



FUNDAMENTAL INTEGRAL

ABRIL / 2022

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

DESJEJUM COLAÇÃO ALMOÇO JANTAR	0	, and the second	0		1 VITAMINA DE FRUTA (BANANA E MAÇĂ) PÃO COM MANTEIGA MELÃO ARROZ FEIJÃO (BATATA) SALADA DE ALFACE COM TOMATE
COLAÇÃO	_				MAÇÃ) PÃO COM MANTEIGA MELÃO ARROZ FEIJÃO (BATATA) SALADA DE ALFACE COM TOMATE
ALMOÇO	_				ARROZ FEIJÃO (BATATA) SALADA DE ALFACE COM TOMATE
,	_		0		FEIJÃO (BATATA) SALADA DE ALFACE COM TOMATE
IANTAR	_		0		
VARIAN	_		0		
KCAL TOTAL	4				659
		5	6	7	8
DESJEJUM	SUCO DE POLPA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE)	LEITE COM POLPA	CHÁ	LEITE COM FLOCOS
DEGGESOW	BISCOITO	BANANA	BISCOITO	PÃO COM MANTEIGA	BANANA
COLAÇÃO	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	MELANCIA	MELÃO
	ARROZ	ARROZ	ARROZ COLORIDO	ARROZ	ARROZ
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	NHOQUE COM MOLHO DE FRANGO
ALMOÇO	NE DE PANELA COM LEGUMES (CENOURA)	FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA)	CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE)	OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA)	LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
s	SALADA CRUA (REPOLHO)	SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE)	SALADA PEPINO	SALADA CRUA (ALFACE)	LARANJA
	ARROZ	MACARRÃO A BOLONHESA	ARROZ	RISOTO DE FRANGO	ARROZ
	FEIJÃO	SALADA CRUA ALFACE/TOMATE	FEIJÃO		FEIJÃO
JANTAR TOI	ORTA MADALENA DE FRANGO		FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA)	LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE)	CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES
_	GUME REFOGADO (CHUCHU)		SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE)		(CENOURA/BATATA)
			LARANJA		
KCAL TOTAL	872	910	942	880	931

	11	12	13	14	15
DESJEJUM	LEITE COM POLPA	CHÁ	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE)	SUCO DE POLPA	FERIADO
	MAÇÃ	BISCOITO	MAMÃO	PÃO COM DOCE	
COLAÇÃO	MAÇÃ	MELANCIA	MELÃO	LARANJA	FERIADO
ALMOÇO	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	FERIADO
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (CENOURA) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO FRICASSÊ DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA) LARANJA	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE DE PANELA FAROFA DE LEGUMES MINGAU DE CHOCOLATE	FERIADO
KCAL TOTAL	946	796	852		





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



FUNDAMENTAL INTEGRAL

ABRIL / 2022

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

	18	19	20	21	22
DESJEJUM	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MAMÃO	LEITE COM POLPA BISCOITO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + ABACATE) MAÇÃ	FERIADO	RECESSO
COLAÇÃO	MELANCIA	MAÇÃ	BANANA	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	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
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ESPINAFRE) SALADA CRUA (REPOLHO COM TOMATE)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA DOCE) SALADA DE ALFACE	RISOTO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU/CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE)	FERIADO	RECESSO
CAL TOTAL	917	810	841	0	

DESJEJUM VITAMINA DE FRUTAS (BANANA + MAMÃO) MELÃO MEL		25	26	27	28	29
DESJEJUM MAMÃO MELÃO BISCOITO MAÇÃ MELÃO MELÃO MAÇÃ MELÃO			20	ZI	20	
COLAÇÃO BANANA	DE0 15 11 14		SUCO DE POLPA	LEITE COM POLPA	BEBIDA LÁCTEA	
COLAÇÃO BANANA MAÇÃ MAMÃO MELANCIA MELÃO	DESJEJUM				~	
ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) ARROZ MACARRÃO A BOLONHESA FEIJÃO CARNE GO PARAGO MACARRÃO A BOLONHESA JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) KOAL TOTAL FEIJÃO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) KOAL TOTAL FEIJÃO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) FRANGO AD MOLHO COM LEGUMES (ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA FEIJÃO FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LEGUME REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) BANANA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LEGUME REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) BANANA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA FINOTO BESELUM FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE) GENOURA/BATATA) BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) CEROURA/BATATA) BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA 932 FRANGO AD MOLHO COM LEGUM		MELAO	BISCOITO	MAÇA	MELAO PICADO	PAO COM QUEIJO
ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) ARROZ MACARRÃO A BOLONHESA FEIJÃO CARNE GO PARAGO MACARRÃO A BOLONHESA JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) KOAL TOTAL FEIJÃO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) KOAL TOTAL FEIJÃO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) FRANGO AD MOLHO COM LEGUMES (ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA FEIJÃO FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LEGUME REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) BANANA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LEGUME REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) BANANA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA FINOTO BESELUM FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE) GENOURA/BATATA) BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) CEROURA/BATATA) BANANA 931 FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) BANANA 932 FRANGO AD MOLHO COM LEGUM	COLAÇÃO	BANANA	MACÃ	MAMÃO	MELANCIA	MELÃO
FELIÃO FELIÃO FELIÃO FANGO COM LEGUMES (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) SALADA CRUA (ACELGATOMATE) SALADA PEPINO SALADA CRUA ALFACE/TOMATE FELIÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) SALADA CRUA ALFACE/TOMATE SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) SALADA CRUA (REPOLHO/						
ALMOÇO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) ARROZ FELJÃO JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) SALADA CRUA (REPOLHOTOMATE) LARANJA SALADA CRUA (ACELGATOMATE) JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) SALADA CRUA (ACELGATOMATE) LARANJA SALADA CRUA ALFACE/TOMATE LARANJA FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/SEPINAFRE) LARANJA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA		ARROZ	ARROZ	ARROZ COLORIDO	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES	ARROZ
ALMOÇO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) ARROZ FELJÃO JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) SALADA CRUA (REPOLHOTOMATE) LARANJA SALADA CRUA (ACELGATOMATE) JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) SALADA CRUA (ACELGATOMATE) LARANJA SALADA CRUA ALFACE/TOMATE LARANJA FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/SEPINAFRE) LARANJA SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) LARANJA		_	_	_		
ALMUQU		FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	(ABOBRINHA/CENOURA/BROCOLIS)	NHOQUE COM MOLHO DE FRANGO
ALMUQU		CARNE DE PANELA COM LEGUMES	FRANGO COM LEGUMES	CARNE COM LEGUMES (BATATA		
ARROZ FEIJÃO JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU) KCAL TOTAL HORARIO DO SERVIMENTO FISION FISION FISION FISION FISION FRANGO AD MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) SALADA CRUA ALFACE/TOMATE FISION FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA) BANAANA KCAL TOTAL BOTO MENSAL FISION FROT GEREVIMENTO FISION FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/ESPINAFRE) CEROURA/BATATA) BANAANA KCAL TOTAL BOTO MENSAL BECICAL FISION FISION FISION FISION FISION FISION MACHIERA DE CEMPO MAC	ALMOÇO				SUCO DE POLPA	LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
ARROZ MACARRÃO A BOLONHESA ARROZ RISOTO DE FRANGO ARROZ FEIJÃO JANTAR TORTA MADALENA DE FRANGO LARANJA LARANJA (ABOBRINHA) (A		SALADA CRUA (REPOLHO COM		CALADA DEDINO		
FEIJÃO		CENOURA)	SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE)	SALADA PEPINO		
FEIJÃO						
FEIJÃO		APPO7	MACADRÃO A ROLONHESA	APPO7	PISOTO DE EDANGO	APPO7
TORTA MADALENA DE FRANGO LARANJA		ARROZ	WIACARRAO A BOLONIILGA	AKKOZ	RISOTO DE FRANCO	ARROZ
TORTA MADALENA DE FRANGO LARANJA (ABOBRINHA) (ABOBRINHA/ESPINAFRE) LEGUMES		FEIJÃO	SALADA CRUA ALFACE/TOMATE	FEIJÃO		FEIJÃO
CABOBRINHA) (ABOBRINHA/ESPINAFRE) LEGUMES	JANTAR	TOPTA MADALENA DE EPANGO	LABANIA	FRANGO AO MOLHO COM LEGUME	LEGUMES REFOGADOS	CARNE MOÍDA REFOGADA COM
LARANJA BANANA		TORTA WADALLINA DE FRANGO	LANANJA	(ABOBRINHA)	(ABOBRINHA/ESPINAFRE)	LEGUMES
Number N		LEGUME REFOGADO (CHUCHU)		SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE)		(CENOURA/BATATA)
HORÁRIO DO SERVIMENTO				LARANJA		BANANA
E. (KCAL) 13.226 882	KCAL TOTAL	872	910	942	880	
PROT. 565 38						
ALMOÇO 12H00 JANTAR 15H20 LIPÍDEOS 292 19 SAT. 96 6 CARB. 2.098 140 Fábio Alfredo Gonçalves de Campos Gerente de Alimentação Escolar Nutricionista CRN-8/1212 LIPÍDEOS 292 19 SAT. 96 6 CARB. 2.098 140 FIBRA 138 9 CÁLCIO 3.273 218 MAGNÉSIO 1.578 105 FERRO 59 4 CALCIO 59 4 MAGNÉSIO 59 4 CALCIO 59 4 TINCO 62 4 RETINOL 1.494 100 VIT. C 793 53 SÓDIO 11.350 757						
SAT. 96 6						
CARB. 2.098 140 FiBRA 138 9 CÁCIO 3.273 218 MAGNÉSIO 1.578 105 Fabio Alfredo Gonçalves de Campos Mirtz A, Nakamura Kuwahara Nutricónista CRN-8/1212 MAGNÉSIO 59 4 ZINCO 59 4 RETINOL 1.494 100 VIT. C 793 53 SÓDIO 11.350 757						
Fibra 138 9 CÁCIO 3.273 218 MAGNÉSIO 1.578 105 Fabio Alfredo Gonçalves de Campos Mirtz A, Nakamura Kuwahara Nutricionista CRN-8/1212 FERRO 59 4 ZINCO 62 4 RETINOL 1.494 100 VIT. C 793 53 SÓDIO 11.350 757	JANTAR	15H20				
CÁLCIO 3.273 218						
MAGNÉSIO 1.578 105	n A i o		1-11			-
Fábio Alfredo Gonçaives de Campos Mirtz A, Nakamura Kuwahára FERRO 59 4 Gerente de Alimentação Escolar Nutriciónista CRN-8/1212 ZINCO 62 4 RETINOL 1.494 100 VIT. C 793 53 SÓDIO 11.350 757	War	WILL CONT	6 dinongia			
ZINCO 62 4						
RETINOL 1.494 100 VIT. C 793 53 SÓDIO 11.350 757	Gerente de Alimentação	Escolar Nutricionis	ta CRN-8/1212			·
VIT. C 793 53 SÓDIO 11.350 757						•
O-D (C) SÓDIO 11.350 757						
	200	N-1	2 . 2			
	136 unes	Am de	walkings.			

Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231

Renata Perucelo Romero Nutricionista CRN8/2451

OBS: * As FRUTAS que sobrarem da Colação podem ser servida 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 sobrer alterações com relação: aos hortifrutis pelo grau de maturação; excepcionalidades 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 significativas na composição nutricional.
- * Cardápio eláborado 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.