



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



**BERÇÁRIO
INTEGRAL**

ABRIL / 2022

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
					1
DESJEJUM					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA
ALMOÇO					ARROZ FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES (REPOLHO COM CENOURA)
LANCHE DA TARDE					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA
JANTAR					ARROZ POLENTA COM MOLHO DE CARNE LEGUME REFOGADO (CENOURA)
KCAL TOTAL					589
	4	5	6	7	8
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA
PRINCIPAL	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BATATA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO COM CENOURA)	ARROZ CARNE EM TIRAS REFOGADA LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO PRETO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ
JANTAR	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE EM TIRAS REFOGADA E DESMIADA LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE)	ARROZ CARNE MOIDA COM LEGUMES (ESCAROLA E CENOURA)	CANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (ABOBORA CABOTIÁ)	ARROZ CARNE EM TIRAS REFOGADA E DESMIADA LEGUME REFOGADO (CENOURA)
KCAL TOTAL	557	579	587	603	544



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



**BERÇÁRIO
INTEGRAL**

ABRIL / 2022

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

	11	12	13	14	15
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	FERIADO
ALMOÇO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUMES (BATATA)	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO PRETO OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO (BATATA)	FERIADO
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	FERIADO
JANTAR	RISOTO DE CARNE EM TIRAS	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (CENOURA)	ARROZ CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BATATA)	MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (CENOURA/TOMATE)	FERIADO
KCAL TOTAL	581	632	578	605	0
	18	19	20	21	22
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	RISOTO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BATATA COM CENOURA)	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ CARNE MOÍDA COM LEGUME (BATATA)	FERIADO	RECESSO
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	FERIADO	RECESSO
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS LEGUMES REFOGADOS (CENOURA)	ARROZ FRANGO DESFIADO LEGUME REFOGADO (BATATA COM CENOURA)	ARROZ A GREGA COM FRANGO	FERIADO	RECESSO
KCAL TOTAL	587	599	531	0	0



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



**BERÇÁRIO
INTEGRAL**

ABRIL / 2022

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

	25	26	27	28	29
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (BATATA)	ARROZ CARNE EM TIRAS COM LEGUMES (BATATA E CENOURA)	ARROZ CARNE EM TIRAS COM LEGUMES (CENOURA)	MACARRÃO COM FRANGO LEGUME REFOGADO (ACELGA)	ARROZ COLORIDO COM OVOS (CENOURA/OVOS) FEIJÃO PRETO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BATATA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ
JANTAR	MACARRÃO COM FRANGO DESFiado LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM BATATA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE DE TIRAS COM LEGUMES (BATATA)	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (CENOURA)
KCAL TOTAL	608	565	561	600	637

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE ABRIL 2022

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

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	10.548	586
PROT. (g)	357	20
LIPÍDEOS (g)	325	18
SAT. (g)	123	7
CARB. (g)	1.567	87
FIBRA (g)	115	6
CÁLCIO (mg)	6.328	352
MAGNÉSIO (mg)	1.378	77
FERRO (mg)	103	6
ZINCO (mg)	77	4
RETINOL (mcg)	5.649	314
VIT. C (mg)	1.363	76
SÓDIO (mg)	6.267	348
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: * As FRUTAS do Desjejum também podem ser servidas como COLAÇÃO (entre o desjejum e o almoço); As Frutas que sobram também 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 sofrer 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 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.

***** NÃO UTILIZAR AÇÚCAR E SAL PARA AS PREPARAÇÕES DO BERÇÁRIO**

***** A consistência das preparações devem ser PASTOSAS ou de acordo com a idade do aluno (alimentos amassados, picados ou inteiros)**



Prefeitura do Município de Londrina
Secretaria Municipal de Educação

Gerência de Alimentação Escolar - GAE



**BERÇÁRIO
INTEGRAL**

ABRIL / 2022

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

SEMANA DE 01/04/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	589	589
PROT. (g)	18	18
LIPÍDEOS (g)	19	19
SAT. (g)	7	7
CARB. (g)	89	89
FIBRA (g)	7	7
CÁLCIO (mg)	343	343
MAGNÉSIO (mg)	82	82
FERRO (mg)	6	6
ZINCO (mg)	4	4
RETINOL (mcg)	310	310
VIT. C (mg)	56	56
SÓDIO (mg)	372	372
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 04/04/2022 A 08/04/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.871	574
PROT. (g)	99	20
LIPÍDEOS (g)	91	18
SAT. (g)	34	7
CARB. (g)	417	83
FIBRA (g)	34	7
CÁLCIO (mg)	1799	360
MAGNÉSIO (mg)	416	83
FERRO (mg)	29	6
ZINCO (mg)	22	4
RETINOL (mcg)	1573	315
VIT. C (mg)	444	89
SÓDIO (mg)	1805	0
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 11/04/2022 A 14/04/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.399	600
PROT. (g)	81	20
LIPÍDEOS (g)	70	18
SAT. (g)	27	7
CARB. (g)	365	91
FIBRA (g)	26	6
CÁLCIO (mg)	1406	352
MAGNÉSIO (mg)	302	76
FERRO (mg)	23	6
ZINCO (mg)	17	4
RETINOL (mcg)	1262	316
VIT. C (mg)	313	78
SÓDIO (mg)	1484	371
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 18/04/2022 A 20/04/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.717	572
PROT. (g)	57	19
LIPÍDEOS (g)	52	17
SAT. (g)	20	7
CARB. (g)	258	86
FIBRA (g)	17	6
CÁLCIO (mg)	1024	341
MAGNÉSIO (mg)	205	68
FERRO (mg)	16	5
ZINCO (mg)	13	4
RETINOL (mcg)	932	311
VIT. C (mg)	176	59
SÓDIO (mg)	929	310
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 25/04/2022 A 29/04/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.972	594
PROT. (g)	102	20
LIPÍDEOS (g)	93	19
SAT. (g)	35	7
CARB. (g)	436	87
FIBRA (g)	31	6
CÁLCIO (mg)	1756	351
MAGNÉSIO (mg)	373	75
FERRO (mg)	29	6
ZINCO (mg)	22	4
RETINOL (mcg)	1572	314
VIT. C (mg)	375	75
SÓDIO (mg)	1678	336
GORD. TRANS (g)	0	0