



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



**BERÇÁRIO  
INTEGRAL**

**MAIO / 2022**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	2	3	4	5	6
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA
ALMOÇO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES	ARROZ CARNE COM LEGUMES	ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA LEGUME REFOGADO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO TIRAS COM LEGUMES	MACARRÃO COM CARNE EM MOÍDA E LEGUMES	ARROZ FRANGO COM LEGUMES LEGUME REFOGADO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS	ARROZ A GREGA COM FRANGO
KCAL TOTAL	638	619	579	561	552
	9	10	11	12	13
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA
PRINCIPAL	ARROZ FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES	ARROZ FRANGO DESFIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE	CANJA	MACARRÃO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO E LEGUME
KCAL TOTAL	584	573	533	587	559



**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

	16	17	18	19	20
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME	ARROZ CARNE MOÍDA COM LEGUMES	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO	MACARRÃO COM FRANGO DESMIADO
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA
JANTAR	ARROZ CARNE MOÍDA COM LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO	MACARRÃO FESTIVO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO
KCAL TOTAL	588	597	551	605	608
	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	<b>PRÁTICA PEDAGÓGICA</b>
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (BATATA)	MACARRÃO COM FRANGO	ARROZ FRANGO EM CUBOS COM LEGUME	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME	<b>PRÁTICA PEDAGÓGICA</b>
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	<b>PRÁTICA PEDAGÓGICA</b>
JANTAR	MACARRÃO COM FRANGO DESMIADO E LEGUMES	ARROZ COLORIDO OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME	SOPA DE MACARRÃO E LEGUMES (CENOURA) <b>(MACARRÃO AVE MARIA)</b>	<b>PRÁTICA PEDAGÓGICA</b>
KCAL TOTAL	608	584	564	600	575



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



**BERÇÁRIO  
INTEGRAL**

**MAIO / 2022**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

	30	31	01/jun	02/jun	03/jun
DESJEJUM	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA
ALMOÇO	MACARRÃO COM FRANGO  LEGUME REFOGADO	ARROZ  FEIJÃO  FRANGO COM LEGUME	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA  LEGUME REFOGADO	ARROZ COLORIDO  CARNE DE PANELA	ARROZ  FEIJÃO  OVOS MEXIDOS COM LEGUMES
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA
JANTAR	ARROZ COLORIDO  OVOS MEXIDOS	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA  LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ  FEIJÃO  FRANGO COM LEGUME	CANJA	ARROZ  FRANGO COM LEGUME
KCAL TOTAL	575	611	611	528	577

**VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE MAIO 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)	13.992	583
PROT. (g)	479	20
LIPÍDEOS (g)	428	18
SAT. (g)	160	7
CARB. (g)	2.059	86
FIBRA (g)	149	6
CÁLCIO (mg)	8.454	352
MAGNÉSIO (mg)	17.779	741
FERRO (mg)	141	6
ZINCO (mg)	100	4
RETINOL (mcg)	7.689	320
VIT. C (mg)	1.470	61
SÓDIO (mg)	8.348	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 sobraem 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; excepcionaisidades 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**

**MAIO / 2022**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

SEMANA DE 02/05/2022 A 06/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.915	583
PROT. (g)	99	20
LIPÍDEOS (g)	89	18
SAT. (g)	35	7
CARB. (g)	428	86
FIBRA (g)	31	6
CÁLCIO (mg)	1761	352
MAGNÉSIO (mg)	371	74
FERRO (mg)	29	6
ZINCO (mg)	21	4
RETINOL (mcg)	1602	320
VIT. C (mg)	306	61
SÓDIO (mg)	1739	348
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 09/05/2022 A 13/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.876	575
PROT. (g)	98	20
LIPÍDEOS (g)	92	18
SAT. (g)	34	7
CARB. (g)	416	83
FIBRA (g)	31	6
CÁLCIO (mg)	1737	347
MAGNÉSIO (mg)	402	80
FERRO (mg)	30	6
ZINCO (mg)	22	4
RETINOL (mcg)	1593	319
VIT. C (mg)	269	54
SÓDIO (mg)	1792	358
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 16/05/2022 A 20/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.943	589
PROT. (g)	104	21
LIPÍDEOS (g)	91	18
SAT. (g)	34	7
CARB. (g)	430	86
FIBRA (g)	30	6
CÁLCIO (mg)	1748	350
MAGNÉSIO (mg)	361	72
FERRO (mg)	30	6
ZINCO (mg)	21	4
RETINOL (mcg)	1599	320
VIT. C (mg)	265	53
SÓDIO (mg)	1892	378
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 23/05/2022 A 26/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.417	604
PROT. (g)	80	20
LIPÍDEOS (g)	73	18
SAT. (g)	28	7
CARB. (g)	361	90
FIBRA (g)	24	6
CÁLCIO (mg)	1378	344
MAGNÉSIO (mg)	282	71
FERRO (mg)	24	6
ZINCO (mg)	17	4
RETINOL (mcg)	1250	312
VIT. C (mg)	230	57
SÓDIO (mg)	1393	348
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 30/05/2022 A 03/06/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.142	628
PROT. (g)	114	23
LIPÍDEOS (g)	93	19
SAT. (g)	36	7
CARB. (g)	460	92
FIBRA (g)	32	6
CÁLCIO (mg)	1751	350
MAGNÉSIO (mg)	362	72
FERRO (mg)	30	6
ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1573	315
VIT. C (mg)	287	57
SÓDIO (mg)	1813	363
GORD. TRANS (g)	0	0