



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) MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) PERA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA SALADA PEPINO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ NHOQUE COM MOLHO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) LARANJA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ
JANTAR	ARROZ FEIJÃO TORTA MADALENA DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (ACELGA/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA)	RISOTO DE FRANGO LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES (CENOURA/BATATA)
KCAL TOTAL	592	600	597	571	582
	9	10	11	12	13
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES (BATATA)	ARROZ FRANGO DESFIADO LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRICASSÊ DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA) LARANJA	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE DE PANELA LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA/BROCOLIS)
KCAL TOTAL	646	580	584	629	570



CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

	16	17	18	19	20
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ
ALMOÇO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA) SALADA DE BETERRABA LARANJA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA TIRAS PURÊ DE LEGUMES (BATATA)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE) SALADA PEPINO	ARROZ NHOQUE COM FRANGO AO MOLHO LEGUMES REFOGADOS (ACELGA/CENOURA) MELÃO PICADO
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) LARANJA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO PICADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ
JANTAR	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM CENOURA LEGUMES REFOGADO (ESCAROLA)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUMES (ACELGA/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA) PURÊ DE LEGUMES (BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA TIRAS LARANJA	POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA
KCAL TOTAL	587	605	578	572	598
	23	24	25	26	27
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELÃO	PRÁTICA PEDAGÓGICA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO COM CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA) LARANJA	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) LARANJA PICADA	PRÁTICA PEDAGÓGICA
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) LARANJA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	PRÁTICA PEDAGÓGICA
JANTAR	MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (CENOURA)	ARROZ COLORIDO OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO (BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (BATATA)	SOPA DE MACARRÃO E LEGUMES (CENOURA) (MACARRÃO AVE MARIA)	PRÁTICA PEDAGÓGICA
KCAL TOTAL	592	600	597	571	0



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) MAÇÃ	LEITE (FORMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FORMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FORMULA INFANTIL) MELÃO	LEITE (FORMULA INFANTIL) PERA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO COM CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA) LARANJA	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) MELANCIA PICADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) LARANJA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (CENOURA)	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	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA/BROCOLIS)
KCAL TOTAL	592	600	597	571	582

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 DA TARDE	2h após almoço
JANTAR	2h após lanche da tarde

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	12.999	591
PROT. (g)	440	20
LIPÍDEOS (g)	427	19
SAT. (g)	161	7
CARB. (g)	1.866	85
FIBRA (g)	148	7
CÁLCIO (mg)	7.883	358
MAGNÉSIO (mg)	1.969	89
FERRO (mg)	142	6
ZINCO (mg)	101	5
RETINOL (mcg)	6.975	317
VIT. C (mg)	1.475	67
SÓDIO (mg)	7.530	342
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 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).

***** 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)**