



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



EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL - PARCIAL

MAIO / 2022

	SEGUNDA 2	TERÇA 3	QUARTA 4	QUINTA 5	SEXTA 6
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	VITAMINA DE FRUTA OU LEITE PURO FRUTA	VITAMINA DE FRUTA OU LEITE PURO BISCOITO	VITAMINA DE FRUTA OU LEITE PURO FRUTA	LEITE FRUTA	CHÁ MATE PÃO DE LEITE COM QUEIJO
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME SALADA CRUA	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO EM CUBOS SALADA CRUA	ARROZ CARNE COM LEGUMES SALADA CRUA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO SALADA CRUA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA CRUA FRUTA
KCAL TOTAL	465	461	392	439	504
	9	10	11	12	13
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE BISCOITO	LEITE FRUTA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO	LEITE FRUTA	CHÁ MATE PÃO DE LEITE COM QUEIJO
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO	ARROZ CARNE COM LEGUME FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO LEGUME REFOGADO SALADA CRUA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ERVILHA SALADA CRUA
KCAL TOTAL	468	521	533	428	449
	16	17	18	19	20
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE FRUTA	LEITE BISCOITO	LEITE FRUTA	CHÁ MATE PÃO DE LEITE COM QUEIJO	FLOCOS COM LEITE
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO FRICASSÊ DE FRANGO SALADA CRUA	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES	ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA FAROFÁ DE LEGUME SALADA CRUA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE LEGUME REFOGADO	PÃO COM CARNE MOÍDA FRUTA E/OU MACARRÃO COM FRANGO DESMEXIDO
KCAL TOTAL	468	483	476	431	375



CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL - PARCIAL

MAIO / 2022

	23	24	25	26	27
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	CHÁ MATE BISCOITO *	LEITE FRUTA	LEITE COM ACHOCOLATADO	LEITE FRUTA	PRÁTICA PEDAGÓGICA
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME FRUTA	MACARRÃO COM CARNE SALADA CRUA	ARROZ FRANGO REFOGADO EM CUBOS FAROFÁ DE LEGUME	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME	PRÁTICA PEDAGÓGICA
KCAL TOTAL	490	415	448	420	0
	30	31	01/jun	02/jun	03/jun
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE BISCOITO	LEITE FRUTA	FLOCOS COM LEITE	LEITE FRUTA	CHÁ MATE PÃO DE LEITE COM QUEIJO
PRINCIPAL	MACARRÃO COM CARNE EM LEGUME SALADA CRUA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA FRUTA	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA CRUA	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES SALADA CRUA
KCAL TOTAL	485	421	469	412	463

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

Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar

Mirza A. Nakamura Kuwahara
Nutricionista CRN-8/1212

Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN8/231

Renata Perucelo Romero
Nutricionista CRN8/2451

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE MAIO 2022

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	10.917	455
PROT. (g)	431	18
LÍPÍDEOS (g)	263	11
SAT. (g)	94	4
CARB. (g)	1719	72
FIBRA (g)	119	5
CÁLCIO (mg)	3464	144
MAGNÉSIO (mg)	1389	58
FERRO (mg)	58	2
ZINCO (mg)	54	2
RETINOL (mcg)	1421	59
VIT. C (mg)	299	12
SÓDIO (mg)	10053	419
GORD. TRANS (g)	0	0

LEITE PURO OU BATIDO COM FRUTA

OBS: * As FRUTAS que sobram do Desjejum/Lanche da Tarde 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).



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



EDUCAÇÃO ESPECIAL
FILANTRÓPICO

MAIO / 2022

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL - PARCIAL

VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 02/05/2022 A 06/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.263	453
PROT. (g)	92	18
LIPÍDEOS (g)	59	12
SAT. (g)	18	4
CARB. (g)	348	70
FIBRA (g)	27	5
CÁLCIO (mg)	893	179
MAGNÉSIO (mg)	309	62
FERRO (mg)	11	2
ZINCO (mg)	11	2
RETINOL (mcg)	310	62
VIT. C (mg)	94	19
SÓDIO (mg)	2228	446
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 09/05/2022 A 13/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.400	480
PROT. (g)	92	18
LIPÍDEOS (g)	59	12
SAT. (g)	21	4
CARB. (g)	376	75
FIBRA (g)	27	5
CÁLCIO (mg)	728	146
MAGNÉSIO (mg)	327	65
FERRO (mg)	12	2
ZINCO (mg)	10	2
RETINOL (mcg)	355	71
VIT. C (mg)	41	8
SÓDIO (mg)	2203	441
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 16/05/2022 A 20/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.232	446
PROT. (g)	88	18
LIPÍDEOS (g)	54	11
SAT. (g)	19	4
CARB. (g)	351	70
FIBRA (g)	24	5
CÁLCIO (mg)	666	133
MAGNÉSIO (mg)	273	55
FERRO (mg)	13	3
ZINCO (mg)	12	2
RETINOL (mcg)	243	49
VIT. C (mg)	52	10
SÓDIO (mg)	2246	449
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 23/05/2022 A 26/05/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	17.772	4443
PROT. (g)	72	18
LIPÍDEOS (g)	40	10
SAT. (g)	17	4
CARB. (g)	280	70
FIBRA (g)	18	4
CÁLCIO (mg)	535	134
MAGNÉSIO (mg)	218	55
FERRO (mg)	8	2
ZINCO (mg)	8	2
RETINOL (mcg)	302	75
VIT. C (mg)	50	13
SÓDIO (mg)	1317	329
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 30/05/2022 A 03/06/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.250	450
PROT. (g)	88	18
LIPÍDEOS (g)	51	10
SAT. (g)	19	4
CARB. (g)	363	73
FIBRA (g)	24	5
CÁLCIO (mg)	641	128
MAGNÉSIO (mg)	262	52
FERRO (mg)	13	3
ZINCO (mg)	13	3
RETINOL (mcg)	212	42
VIT. C (mg)	60	12
SÓDIO (mg)	2059	412
GORD. TRANS (g)	0	0