



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



**BERÇÁRIO
INTEGRAL**

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL



JUNHO / 2022

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			1	2	3
DESJEJUM			LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO
ALMOÇO			MACARRÃO COM CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ COLORIDO (CENOURA) FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA)
LANCHE DA TARDE			LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA
JANTAR			ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (BATATA)	CANJA BATATA / CENOURA	ARROZ FRANGO COM LEGUME (BATATA)
KCAL TOTAL			579	572	604
	6	7	8	9	10
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO
PRINCIPAL	ARROZ COLORIDO COM OVOS (OVOS, CENOURA) FRANGO DESFIADO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO (BATATA)	MACARRÃO COM LEGUMES (BROCOLIS, CENOURA, CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/CHUCHU) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (BATATA / CENOURA)	ARROZ OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO (BATATA) OU LEGUME SAUTÊ (BATATA) OU LEGUME ASSADO (BATATA)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO FRANGO REFOGADO LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA)	MACARRÃO COM FRANGO DESMEXIDO E LEGUMES (BROCOLIS, CENOURA, CHUCHU)
KCAL TOTAL	610	577	560	574	613



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



BERÇÁRIO
INTEGRAL

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL



JUNHO / 2022

	13	14	15	16	17
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	ARROZ OMELETE DE FORNO OU OVOS MEXIDOS COM LEGUMES OU OVO COZIDO COM LEGUMES REFOGADOS (ACELGA / TOMATE) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABÓBORA KABOTIÁ)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE COM LEGUME (CHUCHU) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	FERIADO	RECESSO
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	FERIADO	RECESSO
JANTAR	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE COM LEGUME (CHUCHU)	ARROZ OMELETE DE FORNO OU OVOS MEXIDOS COM LEGUMES OU OVO COZIDO COM LEGUMES REFOGADOS (CENOURA / TOMATE) LEGUME REFOGADO (CHUCHU)	CANJA (BATATA/CENOURA/CHUCHU)	FERIADO	RECESSO
KCAL TOTAL	585	598	539	0	0
	20	21	22	23	24
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	FERIADO
ALMOÇO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FRANGO COM BATATAS LEGUME REFOGADO (COUVE- MANTEIGA)	MACARRÃO COM LEGUMES (BROCOLIS, CENOURA, ABOBRINHA)	ARROZ COLORIDO COM OVOS (OVOS, CENOURA) FRANGO DESFIADO	FERIADO
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	FERIADO
JANTAR	ARROZ DE FORNO COM FRANGO E LEGUMES (ERVILHA, CUBOS, CENOURA, BROCOLIS)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ CARNE COM LEGUME (BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (COUVE- MANTEIGA)	ARROZ CARNE COM LEGUME (BATATA)	FERIADO
KCAL TOTAL	548	558	544	594	0



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



BERÇÁRIO
INTEGRAL

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL



JUNHO / 2022

	27	28	29	30	01/jul
DESJEJUM	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ
ALMOÇO	MACARRÃO COM LEGUMES (BROCOLIS, CENOURA, CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE COM MILHO (MILHO) LEGUME REFOGADO (REPOLHO COM TOMATE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (BATATA DOCE) OU FRANGO REFOGADO + BATATA DOCE ASSADA	ARROZ CARNE COM LEGUME (BROCOLIS) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA
JANTAR	CANJA (BATATA/CENOURA/CHUCHU)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO FRANGO COM LEGUMES (CENOURA)	ARROZ CARNE COM LEGUME (BATATA DOCE)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (BROCOLIS, CENOURA, CHUCHU)	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA LEGUME REFOGADO (CENOURA)
KCAL TOTAL	501	574	590	562	582

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JUNHO 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)	11.463	573
PROT. (g)	358	18
LIPÍDEOS (g)	349	17
SAT. (g)	132	7
CARB. (g)	1.740	87
FIBRA (g)	124	6
CÁLCIO (mg)	7.216	361
MAGNÉSIO (mg)	1.488	74
FERRO (mg)	114	6
ZINCO (mg)	82	4
RETINOL (mcg)	6.382	319
VIT. C (mg)	1.739	87
SÓDIO (mg)	6.743	337
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 sobrem 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; 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 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

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL



JUNHO / 2022

VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 01/06/2022 A 03/06/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.754	585
PROT. (g)	55	18
LIPÍDEOS (g)	52	17
SAT. (g)	20	7
CARB. (g)	268	89
FIBRA (g)	20	7
CÁLCIO (mg)	1063	354
MAGNÉSIO (mg)	260	87
FERRO (mg)	18	6
ZINCO (mg)	13	4
RETINOL (mcg)	950	317
VIT. C (mg)	253	84
SÓDIO (mg)	951	317
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 06/06/2022 A 10/06/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.935	587
PROT. (g)	95	19
LIPÍDEOS (g)	91	18
SAT. (g)	34	7
CARB. (g)	440	88
FIBRA (g)	32	6
CÁLCIO (mg)	1830	366
MAGNÉSIO (mg)	372	74
FERRO (mg)	29	6
ZINCO (mg)	21	4
RETINOL (mcg)	1633	327
VIT. C (mg)	450	90
SÓDIO (mg)	1854	371
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 13/06/2022 A 15/06/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.722	574
PROT. (g)	53	18
LIPÍDEOS (g)	54	18
SAT. (g)	20	7
CARB. (g)	260	87
FIBRA (g)	19	6
CÁLCIO (mg)	1105	368
MAGNÉSIO (mg)	233	78
FERRO (mg)	17	6
ZINCO (mg)	12	4
RETINOL (mcg)	971	324
VIT. C (mg)	326	109
SÓDIO (mg)	1088	363
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 20/06/2022 A 23/06/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.244	561
PROT. (g)	70	18
LIPÍDEOS (g)	69	17
SAT. (g)	26	7
CARB. (g)	338	85
FIBRA (g)	23	6
CÁLCIO (mg)	1454	364
MAGNÉSIO (mg)	278	69
FERRO (mg)	22	5
ZINCO (mg)	16	4
RETINOL (mcg)	1260	315
VIT. C (mg)	352	88
SÓDIO (mg)	1317	329
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 27/06/2022 A 01/07/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.808	562
PROT. (g)	84	17
LIPÍDEOS (g)	84	17
SAT. (g)	32	6
CARB. (g)	433	87
FIBRA (g)	30	6
CÁLCIO (mg)	1763	353
MAGNÉSIO (mg)	345	69
FERRO (mg)	28	6
ZINCO (mg)	20	4
RETINOL (mcg)	1567	313
VIT. C (mg)	357	71
SÓDIO (mg)	1533	307
GORD. TRANS (g)	0	0