



**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

**JULHO / 2022**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
					1
DESJEJUM					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA - MAÇÃ</b>
ALMOÇO					ARROZ PAPA CARNE COM LEGUME ( <b>BROCOLIS</b> ) LEGUME REFOGADO ( <b>BETERRABA</b> )
LANCHE DA TARDE					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA - BANANA</b>
JANTAR					SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUME ( <b>CENOURA</b> )
KCAL TOTAL					582
	4	5	6	7	8
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO ( <b>CENOURA</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE OU FRANGO COM LEGUMES ( <b>CENOURA</b> )	MACARRÃO COM LEGUMES ( <b>CENOURA</b> ) LEGUME REFOGADO ( <b>CHUCHU</b> ) SALADA CRUA ( <b>ACELGA</b> )	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO	MACARRÃO COM LEGUMES LEGUME REFOGADO ( <b>BETERRABA</b> )
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) <b>FRUTA</b>
JANTAR	ARROZ CARNE OU FRANGO COM LEGUMES LEGUME REFOGADO	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO
KCAL TOTAL	560	585	554	594	521

**OBSERVAÇÃO:** Todos os gêneros perecíveis devem ser ajustados para utilização em sua totalidade na semana de 04/07 a 08/07, não devendo ficar em estoque ou no refrigerador das unidades escolares no período de recesso. Os gêneros devem ser utilizados no cardápio ou como complementação do mesmo, são eles: pão, queijo, ovos, carne, frango, frutas, legumes e verduras (in natura ou minimamente processadas).



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



**BERÇÁRIO  
INTEGRAL**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

**JULHO / 2022**

	11	12	13	14	15
DESJEJUM	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
LANCHE DA TARDE	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
JANTAR	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
KCAL TOTAL					
	18	19	20	21	22
DESJEJUM	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
LANCHE DA TARDE	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
JANTAR	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
KCAL TOTAL					



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



**BERÇÁRIO  
INTEGRAL**

**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

**JULHO / 2022**

	25	26	27	28	29
DESJEJUM	PRÁTICA PEDAGÓGICA	LEITE (FORMULA INFANTIL)	LEITE (FORMULA INFANTIL)	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FORMULA INFANTIL) FRUTA - PERA
ALMOÇO	PRÁTICA PEDAGÓGICA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (BATATA E ECENOURA)	ARROZ PAPA FEIJÃO CARNE TIRAS ACEBOLADA	ARROZ PAPA FEIJÃO CARNE DE PANELA LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE)	ARROZ PAPA FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA) LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE)
LANCHE DA TARDE	PRÁTICA PEDAGÓGICA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL)	LEITE (FÓRMULA INFANTIL)	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇA
JANTAR	PRÁTICA PEDAGÓGICA	ARROZ PAPA FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (BATATA)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES	ARROZ PAPA CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (ABOBRINHA/BATATA/CENOURA)
KCAL TOTAL	0	619	581	585	571

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

**VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JULHO 2022**

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	5.764	576
PROT. (g)	196	20
LIPÍDEOS (g)	186	19
SAT. (g)	72	7
CARB. (g)	833	83
FIBRA (g)	68	7
CÁLCIO (mg)	3.607	361
MAGNÉSIO (mg)	824	82
FERRO (mg)	61	6
ZINCO (mg)	46	5
RETINOL (mcg)	3.093	309
VIT. C (mg)	706	71
SÓDIO (mg)	3.295	329
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; 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

CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL

JULHO / 2022

VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 04/07/2022 A 08/07/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.882	576
PROT. (g)	98	20
LIPÍDEOS (g)	93	19
SAT. (g)	36	7
CARB. (g)	416	83
FIBRA (g)	34	7
CÁLCIO (mg)	1803	361
MAGNÉSIO (mg)	412	82
FERRO (mg)	31	6
ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1546	309
VIT. C (mg)	353	71
SÓDIO (mg)	1647	329
GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 26/07/2022 A 29/07/2022		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.882	721
PROT. (g)	98	25
LIPÍDEOS (g)	93	23
SAT. (g)	36	9
CARB. (g)	416	104
FIBRA (g)	34	8
CÁLCIO (mg)	1803	451
MAGNÉSIO (mg)	412	103
FERRO (mg)	31	8
ZINCO (mg)	23	6
RETINOL (mcg)	1546	387
VIT. C (mg)	353	88
SÓDIO (mg)	1647	412
GORD. TRANS (g)	0	0