



**CARDÁPIO CMEI (CB) - INTEGRAL**

**JULHO / 2022**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA
ALMOÇO					ARROZ POLENTA AO MOLHO DE FRANGO
LANCHE DA TARDE					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELANCIA
JANTAR					ARROZ FEIJÃO OMELETE LEGUMES REFOGADOS (CENOURA/CHUCHU)
KCAL TOTAL	0	0	0	0	582
	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ
PRINCIPAL	ARROZ CARNE MOÍDA AO SUGO LEGUME REFOGADO (ACELGA COM CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA)	MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES REFOGADOS (CHUCHU/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES BATATA DOCE TIRAS FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES (BATATA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO
JANTAR	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (ABÓBORA)	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO CARNE E LEGUMES (BATATA/COUVE-MANTEIGA)	ARROZ COLORIDO COM OVOS FRUTA - LARANJA	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA)	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA/BROCOLIS)
KCAL TOTAL	646	580	584	629	570



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	0	0	0	0	0
	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	0	0	0	0	0



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 (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA
ALMOÇO	PRÁTICA PEDAGÓGICA	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (COUVE-FLORES)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO OMELETE COM TOMATE E QUEIJO LEGUME REFOGADO (CHICÓRIA)	ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO REFOGADO COM CEBOLA LEGUMES REFOGADOS (CENOURA/COUVE-MANTEIGA)	ARROZ FRANGO DESFIADO COM TOMATE LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	PRÁTICA PEDAGÓGICA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO
JANTAR	PRÁTICA PEDAGÓGICA	ARROZ COLORIDO COM OVOS FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA DOCE)	SOPA DE FUBÁ COM LEGUMES E CARNE (CENOURA/COUVE-MANTEIGA) FRUTA - MELANCIA PICADA	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS REFOGADA LEGUME ASSADO (BATATA)
KCAL TOTAL	0	600	597	571	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 DA TARDE	2h após almoço
JANTAR	2h após lanche da tarde

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	5.941	270
PROT. (g)	196	9
LIPÍDEOS (g)	186	8
SAT. (g)	72	3
CARB. (g)	833	38
FIBRA (g)	68	3
CÁLCIO (mg)	3.607	164
MAGNÉSIO (mg)	824	37
FERRO (mg)	61	3
ZINCO (mg)	46	2
RETINOL (mcg)	3.093	141
VIT. C (mg)	706	32
SÓDIO (mg)	3.295	150
GORD. TRANS (g)	0	0

Fábio Alfredo Gonçalves de Campos  
Gerente de Alimentação Escolar

Miriz 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)**