



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



CEI - BERÇÁRIO
INTEGRAL

CARDÁPIO CEI (CB) - INTEGRAL

AGOSTO / 2022

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|-----------------|--|---|--|---|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| DESJEJUM | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA RASPADA OU AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA |
| ALMOÇO | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA) LEGUME REFOGADO OU ASSADO (BATATA) | ARROZ FEIJÃO CARNE EM MOLHO COM CUBINHOS COM LEGUMES (TOMATE/ACELGA/CENOURA) | ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (TOMATE P/ MOLHO - BATATA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO) | ARROZ FEIJÃO CARNE PICADINHA COM LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/BROCOLIS) LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE) |
| LANCHE DA TARDE | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA RASPADA OU AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO |
| JANTAR | SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (TOMATE/CENOURA/ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/VAGEM) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) | SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CARNE E LEGUMES (BATATA/CHUCHU) | ARROZ COM CENOURA FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (REPOLHO) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (ABOBRINHA/COLORAU) |
| KCAL TOTAL | 626 | 638 | 619 | 597 | 601 |
| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| DESJEJUM | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO |
| PRINCIPAL | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (TOMATE/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/VAGEM) LEGUME REFOGADO (REPOLHO COM TOMATE) | ARROZ FEIJÃO FRANGO PICADINHO COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA AO MOLHO LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE) | ARROZ OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/COUVE- MANTEIGA/ACELGA) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) |
| LANCHE DA TARDE | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA RASPADA OU AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO |
| JANTAR | ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (BATATA/CENOURA) | SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (CENOURA/VAGEM/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (ACELGA) | ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/COLORAU) | CANJA (BATATA/CENOURA/CHUCHU) (ARROZ/FRANGO) |
| KCAL TOTAL | 582 | 615 | 600 | 597 | 531 |



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



CEI - BERÇÁRIO
INTEGRAL

CARDÁPIO CEI (CB) - INTEGRAL

AGOSTO / 2022

| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
|-----------------|---|--|--|--|--|
| DESJEJUM | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA RASPADA OU AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO |
| ALMOÇO | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA) LEGUME REFOGADO OU ASSADO (BATATA) | ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA/CENOURA) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA/BROCOLIS) SALADA COZIDA (BETERRABA) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA AO MOLHO COM LEGUME PICADINHO (MANDIOCA) LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE COM CENOURA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) |
| LANCHE DA TARDE | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA |
| JANTAR | SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (BATATA/ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (VAGEM/CENOURA) | ARROZ COLORIDO (CENOURA) FRANGO DESFIADO COM LEGUME (BATATA DOCE) | ARROZ POLENTA COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO (COLORAU) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) | SOPA DE MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE DESFIADA, TOMATE E LEGUME (CENOURA/ACELGA/COLORAU) |
| KCAL TOTAL | 593 | 583 | 542 | 633 | 622 |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| DESJEJUM | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA RASPADA OU AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO |
| ALMOÇO | ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE COM LEGUME (ACELGA) | ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (BATATA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO COM CENOURA) | ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUMES (ACELGA, CENOURA, CHUCHU) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUME (MANDIOCA) LEGUMES COZIDO (CENOURA) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/VAGEM) LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA/REPOLHO) |
| LANCHE DA TARDE | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA |
| JANTAR | ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES (CENOURA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) | ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUMES (BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (ACELGA) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (CENOURA/TOMATE/VAGEM) LEGUME COZIDO (ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (BROCOLIS/COLORAU) | SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (BATATA/CENOURA) |
| KCAL TOTAL | 577 | 595 | 583 | 580 | 601 |



Prefeitura do Município de Londrina
Secretaria Municipal de Educação



CEI - BERÇÁRIO
INTEGRAL

CARDÁPIO CEI (CB) - INTEGRAL

AGOSTO / 2022

| | 29 | 30 | 31 | 01/set | 02/set |
|-----------------|--|---|--|---|--|
| DESJEJUM | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - PERA RASPADA OU AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA |
| ALMOÇO | ARROZ FEIJÃO OVOX MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA) LEGUME REFOGADO OU ASSADO (ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (TOMATE/CENOURA/ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO COM TOMATE E LEGUME (BATATA) LEGUME REFOGADO (ACELGA COM CENOURA) | ARROZ FEIJÃO FRANGO PICADINHO COM LEGUMES (CENOURA/VAGEM/ABOBRINHA) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (BROCOLIS/CENOURA/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO/TOMATE) |
| LANCHE DA TARDE | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAMÃO AMASSADO | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - BANANA AMASSADA | LEITE (FÓRMULA INFANTIL) FRUTA - MAÇÃ RASPADA |
| JANTAR | SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (CENOURA/REPOLHO/COLORAU) | ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (ABOBRINHA) SALADA COZIDA (BETERRABA) | CANJA (BATATA/CENOURA/CHUCHU) (FRANGO) | ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS (CENOURA/COUVE- MANTEIGA) | SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO E LEGUMES (CENOURA/BROCOLIS/COLORAU) |
| KCAL TOTAL | 593 | 587 | 574 | 590 | 593 |

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE AGOSTO 2022

| | QTD MENSAL | MÉDIA DIÁRIA |
|-----------------|------------|--------------|
| E. (KCAL) | 14.851 | 594 |
| PROT. (g) | 471 | 19 |
| LIPÍDEOS (g) | 469 | 19 |
| SAT. (g) | 172 | 7 |
| CARB. (g) | 2.215 | 89 |
| FIBRA (g) | 194 | 8 |
| CÁLCIO (mg) | 9.255 | 370 |
| MAGNÉSIO (mg) | 2.429 | 97 |
| FERRO (mg) | 159 | 6 |
| ZINCO (mg) | 110 | 4 |
| RETINOL (mcg) | 7.990 | 320 |
| VIT. C (mg) | 2.065 | 83 |
| SÓDIO (mg) | 9.846 | 394 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |

| HORÁRIO DO SERVIMENTO | |
|-----------------------|---|
| DESJEJUM | 15' antes das atividades pedagógicas |
| COLAÇÃO | 1h após o desjejum |
| ALMOÇO | 3h após o início das atividades pedagógicas |
| LANCHE DATARDE | 2h após almoço |
| JANTAR | 2h após lanche da tarde |

Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar

Mirza A. Nakamura Kinoshita
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, SAL, MEL E ALIMENTOS PROCESSADOS PARA AS PREPARAÇÕES DO BERÇÁRIO

*** A consistência das preparações devem ser PASTOSAS ou de acordo com a idade do aluno (alimentos amassados, picados ou raspados)



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



CEI - BERÇÁRIO
INTEGRAL

CARDÁPIO CEI (CB) - INTEGRAL

AGOSTO / 2022

VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

| SEMANA DE 01/08/2022 A 05/08/2022 | | |
|-----------------------------------|-------------|--------------|
| | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 3.082 | 616 |
| PROT. (g) | 100 | 20 |
| LIPÍDEOS (g) | 96 | 19 |
| SAT. (g) | 35 | 7 |
| CARB. (g) | 460 | 92 |
| FIBRA (g) | 45 | 9 |
| CÁLCIO (mg) | 1916 | 383 |
| MAGNÉSIO (mg) | 536 | 107 |
| FERRO (mg) | 33 | 7 |
| ZINCO (mg) | 23 | 5 |
| RETINOL (mcg) | 1610 | 322 |
| VIT. C (mg) | 458 | 92 |
| SÓDIO (mg) | 2093 | 419 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |

| SEMANA DE 08/08/2022 A 12/08/2022 | | |
|-----------------------------------|-------------|--------------|
| | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 2.925 | 585 |
| PROT. (g) | 92 | 18 |
| LIPÍDEOS (g) | 95 | 19 |
| SAT. (g) | 35 | 7 |
| CARB. (g) | 431 | 86 |
| FIBRA (g) | 37 | 7 |
| CÁLCIO (mg) | 1853 | 371 |
| MAGNÉSIO (mg) | 476 | 95 |
| FERRO (mg) | 31 | 6 |
| ZINCO (mg) | 22 | 4 |
| RETINOL (mcg) | 1590 | 318 |
| VIT. C (mg) | 453 | 91 |
| SÓDIO (mg) | 1902 | 380 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |

| SEMANA DE 15/08/2022 A 19/08/2022 | | |
|-----------------------------------|-------------|--------------|
| | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 2.972 | 594 |
| PROT. (g) | 93 | 19 |
| LIPÍDEOS (g) | 95 | 19 |
| SAT. (g) | 35 | 7 |
| CARB. (g) | 442 | 88 |
| FIBRA (g) | 36 | 7 |
| CÁLCIO (mg) | 1824 | 365 |
| MAGNÉSIO (mg) | 458 | 92 |
| FERRO (mg) | 31 | 6 |
| ZINCO (mg) | 22 | 4 |
| RETINOL (mcg) | 1611 | 322 |
| VIT. C (mg) | 359 | 72 |
| SÓDIO (mg) | 1989 | 398 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |

| SEMANA DE 22/08/2022 A 26/08/2022 | | |
|-----------------------------------|-------------|--------------|
| | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 3.036 | 607 |
| PROT. (g) | 99 | 20 |
| LIPÍDEOS (g) | 93 | 19 |
| SAT. (g) | 34 | 7 |
| CARB. (g) | 454 | 91 |
| FIBRA (g) | 39 | 8 |
| CÁLCIO (mg) | 1843 | 369 |
| MAGNÉSIO (mg) | 495 | 99 |
| FERRO (mg) | 33 | 7 |
| ZINCO (mg) | 22 | 4 |
| RETINOL (mcg) | 1590 | 318 |
| VIT. C (mg) | 367 | 73 |
| SÓDIO (mg) | 2062 | 412 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |

| SEMANA DE 29/08/2022 A 02/09/2022 | | |
|-----------------------------------|-------------|--------------|
| | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 2.837 | 567 |
| PROT. (g) | 87 | 17 |
| LIPÍDEOS (g) | 89 | 18 |
| SAT. (g) | 33 | 7 |
| CARB. (g) | 428 | 86 |
| FIBRA (g) | 37 | 7 |
| CÁLCIO (mg) | 1819 | 364 |
| MAGNÉSIO (mg) | 464 | 93 |
| FERRO (mg) | 31 | 6 |
| ZINCO (mg) | 21 | 4 |
| RETINOL (mcg) | 1589 | 318 |
| VIT. C (mg) | 427 | 85 |
| SÓDIO (mg) | 1799 | 360 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |