

**2023**  
**FEVEREIRO**



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL PROPOSTO (CB)**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			DATA: 01/02/2023	DATA: 02/02/2023	DATA: 03/02/2023
<b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b>			PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
<b>ALMOÇO</b>			PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
<b>LANCHE DA TARDE</b>			PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
<b>JANTAR</b>			PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
<b>KCAL TOTAL</b>			0	0	0
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 06/02/2023	DATA: 07/02/2023	DATA: 08/02/2023	DATA: 09/02/2023	DATA: 10/02/2023
<b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO OU AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELANCIA RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO RASPADO OU AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES (MOÍDA/BATATA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUMES (ABOBRINHA/SOBRECOXA) LEGUMES REFOGADO (COUVE MANTEIGA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO (COLORAU/SOBRECOXA) LEGUME REFOGADO (CHUCHÚ /CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA /COLORAU) LEGUMES REFOGADO (COUVE MANTEIGA/ CHUCHÚ)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (COLORAU/MOÍDA/BATATA/ TOMATE) LEGUMES REFOGADO (BRÓCOLI/CENOURA) BOLO DE MAÇÃ E BANANA (SOMENTE PARA ALUNOS DO PERÍODO PARCIAL)
<b>LANCHE DA TARDE</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO RASPADO OU AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PERA RASPADA OU AMASSADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA
<b>JANTAR</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA/ COLORAU/TIRAS) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS (CENOURA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA DESFIADA COM LEGUMES (ABÓBORA CABOTIÁ/COLORAU/CUBOS) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	SOPA DE MACARRÃO (AVE MARIA) COM CARNE EM CUBINHOS E LEGUMES (CENOURA/ BATATA/CUBOS)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ESCAROLA) LEGUMES REFOGADO (BATATA DOCE/ABOBRINHA)
<b>KCAL TOTAL</b>	621	606	577	619	606


2023  
FEVEREIRO



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL PROPOSTO**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 13/02/2023	TERÇA-FEIRA DATA: 14/02/2023	QUARTA-FEIRA DATA: 15/02/2023	QUINTA-FEIRA DATA: 16/02/2023	SEXTA-FEIRA DATA: 17/02/2023
<b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MAÇÃ RASPADA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MELÃO RASPADO OU AMASSADO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MAMÃO RASPADO OU AMASSADO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MAÇÃ RASPADA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>BANANA AMASSADA</b>
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ESPINAFRE/CENOURA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRINHAS COM LEGUMES (CENOURA/TOMATE/TIRAS) LEGUME REFOGADO (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (COLORAU/BATATA/MOÍDA) LEGUMES REFOGADO (ABÓBORA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO COM LEGUMES (SOBRECOXA/COLORAU/CENOURA) LEGUME REFOGADO (CARÁ)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (CUBOS/COLORAU/ABÓBORA CABOTIÁ) LEGUME REFOGADO (CENOURA)
<b>LANCHE DA TARDE</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MELÃO RASPADO OU AMASSADO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MAMÃO RASPADO OU AMASSADO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>PERA RASPADA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>BANANA AMASSADA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MAÇÃ RASPADA</b>
<b>JANTAR</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES (BATATA/TOMATE/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUMES (CARÁ/SOBRECOXA) LEGUME REFOGADO (ABÓBORA CABOTIÁ)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUMES (BATATA/TOMATE/TIRAS) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (CHUCHU/CENOURA/BATATA DOCE/TIRAS)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (BATATA) LEGUME REFOGADO (CENOURA/BRÓCOLIS) SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAÇÃ/BANANA)
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>589</b>	<b>617</b>	<b>614</b>	<b>610</b>	<b>634</b>
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 20/02/2023	TERÇA-FEIRA DATA: 21/02/2023	QUARTA-FEIRA DATA: 22/02/2023	QUINTA-FEIRA DATA: 23/02/2023	SEXTA-FEIRA DATA: 24/02/2023
<b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b>	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>
<b>ALMOÇO</b>	<b>RECESSO</b>		<b>RECESSO</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE PICADINHA COM LEGUMES (BATATA/COLORAU/TIRAS)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA LEGUMES REFOGADO (ABÓBORA)
<b>LANCHE DA TARDE</b>	<b>RECESSO</b>		<b>RECESSO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>
<b>JANTAR</b>	<b>RECESSO</b>		<b>RECESSO</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (MANDIOCA/COLORAU/CUBOS)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (CHUCHU/CENOURA/BATATA DOCE)
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>547</b>	<b>531</b>

# 2023 FEVEREIRO



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL PROPOSTO (CB)**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 27/02/2023	DATA: 28/02/2023	DATA: 01/03/2023	DATA: 02/03/2023	DATA: 03/03/2023
<b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>BANANA AMASSADA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MAMÃO RASPADO OU AMASSADO</b>
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA DESFIADA COM LEGUME <b>(BATATA/COLORAU/CUBOS)</b>	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO REFOGADO COM LEGUMES <b>(COLORAU/BATATA DOCE/SOBRECOXA)</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA E LEGUMES <b>(CUBOS/CENOURA)</b>  LEGUMES REFOGADOS <b>(CARÁ)</b>	ARROZ POLENTA COM MOLHO DE CARNE <b>(COLORAU/MOIDA)</b>  LEGUMES REFOGADOS <b>(CENOURA / ABOBRINHA)</b>	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDO COM LEGUMES <b>(ESPINAFRE)</b>  LEGUMES REFOGADOS <b>(BATATA/BROCOLIS)</b>
<b>LANCHE DA TARDE</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>MAÇÃ RASPADA</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b> FRUTA - <b>BANANA AMASSADA</b>
<b>JANTAR</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE PICADINHA COM LEGUMES <b>(MANDIOCA/TIRAS)</b>	ARROZ POLENTA COM MOLHO DE CARNE <b>(COLORAU/TIRA)</b>  LEGUMES REFOGADOS <b>(CENOURA)</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES <b>(INHAME)</b>  LEGUMES REFOGADOS <b>(BETERRABA)</b>	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUMES <b>(BATATA DOCE/COLORAU/SOBRECOXA)</b>  LEGUME REFOGADO <b>(REPOLHO)</b>	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE <b>(BATATA/CENOURA/ABOBRINHA /TIRAS)</b>
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>546</b>	<b>523</b>	<b>569</b>	<b>609</b>	<b>656</b>

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

 Fábio Alfredo Gonçalves de Campos Gerente de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	 Mirza A. Nakamura Kuwakara Nutricionista CRN-8/1212	 Renata Perucello Romero Nutricionista CRN8/2451
---	--	--	--

#### OBSERVAÇÕES:

- \* As FRUTAS do Desjejum também podem ser servidas como Colação (entre o Desjejum e o Almoço); As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- \* Os ingredientes que compõem as preparações, bem como as informações nutricionais de macro e micronutrientes prioritários constam na ficha técnica das preparações;
- \* Cardápio poderá sofrer alterações com relação: aos hortifrutis pelo grau de maturação; excepcionalidades que possam ocorrer na unidade escolar; intercorrências com as entregas;
- \* O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como troca/alteração de cardápio;
- \* As substituições são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar, não sendo considerado alteração de cardápio p or não ter alteração significativa na composição nutricional;
- \* Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE FEVEREIRO 2023		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	8.235	588
PROT. (g)	266	19
LÍPIDEOS (g)	265	19
SAT. (g)	98	7
CARB. (g)	1.208	86
FIBRA (g)	107	8
CÁLCIO (mg)	5.229	374
MAGNÉSIO (mg)	1.362	97
FERRO (mg)	90	6
ZINCO (mg)	63	5
RETINOL (mcg)	4.425	316
VIT. C (mg)	1.202	86
SÓDIO (mg)	5.966	426
GORD. TRANS (g)	0	0

**\*\*\* 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)**



# 2023 FEVEREIRO



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

## CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL PROPOSTO (CB)



### VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 06/02/2023 A 10/02/2023			SEMANA DE 13/02/2023 A 17/02/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.029	606	E. (KCAL)	3.061	612
PROT. (g)	96	19	PROT. (g)	98	20
LÍPIDEOS (g)	98	20	LÍPIDEOS (g)	96	19
SAT. (g)	36	7	SAT. (g)	35	7
CARB. (g)	449	90	CARB. (g)	459	92
FIBRA (g)	43	9	FIBRA (g)	43	9
CÁLCIO (mg)	1955	391	CÁLCIO (mg)	1900	380
MAGNÉSIO (mg)	526	105	MAGNÉSIO (mg)	511	102
FERRO (mg)	33	7	FERRO (mg)	33	7
ZINCO (mg)	23	5	ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1596	319	RETINOL (mcg)	1590	318
VIT. C (mg)	515	103	VIT. C (mg)	480	96
SÓDIO (mg)	2242	448	SÓDIO (mg)	2242	448
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 23/02/2023 A 24/02/2023			SEMANA DE 27/02/2023 A 03/03/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.077	539	E. (KCAL)	2.904	581
PROT. (g)	36	18	PROT. (g)	96	19
LÍPIDEOS (g)	36	18	LÍPIDEOS (g)	92	18
SAT. (g)	14	7	SAT. (g)	35	7
CARB. (g)	151	76	CARB. (g)	421	84
FIBRA (g)	11	6	FIBRA (g)	36	7
CÁLCIO (mg)	691	346	CÁLCIO (mg)	1804	361
MAGNÉSIO (mg)	158	79	MAGNÉSIO (mg)	487	97
FERRO (mg)	12	6	FERRO (mg)	32	6
ZINCO (mg)	9	5	ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	619	310	RETINOL (mcg)	1569	314
VIT. C (mg)	102	51	VIT. C (mg)	362	72
SÓDIO (mg)	748	374	SÓDIO (mg)	1907	381
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0