

2023 FEVEREIRO



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			DATA: 01/02/2023	DATA: 02/02/2023	DATA: 03/02/2023
PRINCIPAL			PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
KCAL TOTAL			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
PRINCIPAL	MACARRÃO COM SALSICHA (EXTRATO) SALADA CRUA (TOMATE/PEPINO) SALADA DE FRUTA (BANANA/LARANJA/MAÇÃ)	ARROZ FRANGO DESFIADO (COLORAU/SOBRECOXA) LEGUMES REFOGADO (ESCAROLA/CENOURA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (COLORAU/CUBOS) LEGUME REFOGADO (CHUCHÚ /CENOURA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ESCAROLA) LEGUMES REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (COLORAU/MOÍDA/BATATA/ TOMATE) LEGUMES REFOGADO (CENOURA) BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA (ACHOCOLATADO /AÇÚCAR/LEITE)
KCAL TOTAL	219	331	330	272	489
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 13/02/2023	DATA: 14/02/2023	DATA: 15/02/2023	DATA: 16/02/2023	DATA: 17/02/2023
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ABOBRINHA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (CENOURA/TOMATE/TIRAS) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ CARNE AO MOLHO (COLORAU/CARNE MOÍDA) LEGUMES REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (SOBRECOXA/COLORAU/CENOURA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA	FRUTA - MAÇÃ MACARRÃO COM CARNE AO MOLHO (COLORAU/TOMATE/CARNE CUBOS) LEGUME REFOGADO (CENOURA) SALADA CRUA (TOMATE) SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAÇÃ/BANANA)
KCAL TOTAL	315	331	283	367	304

2023 FEVEREIRO



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO EXECUTADO



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 20/02/2023	DATA: 21/02/2023	DATA: 22/02/2023	DATA: 23/02/2023	DATA: 24/02/2023
PRINCIPAL	RECESSO		RECESSO	ARROZ TEMPERADO COM CENOURA E ERVILHA FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (MANDIOCA/EXTRATO /TIRAS)	MACARRÃO A BOLONHESA (MOIDA/EXTRATO) LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA)
KCAL TOTAL	0	0	0	326	245
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
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUME (BATATA/CUBOS)	MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO E LEGUMES (CENOURA/ /COLORAU/SOBRECOXA) LEGUMES REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS COM MOLHO/EXTRATO) POLENTA FIRME (DE CORTE)	ARROZ CARNE AO MOLHO (COLORAU/MOIDA) LEGUMES REFOGADOS (CENOURA / ABOBRINHA) SALADA CRUA (TOMATE)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PORCO (TIRAS/ ACEBOLADO/TOMATE) LEGUMES REFOGADOS (BATATA DOCE) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA
KCAL TOTAL	280	278	329	304	360

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
PRINCIPAL MANHÃ	2h após o início das atividades pedagógicas
PRINCIPAL TARDE	2h após o início das atividades pedagógicas

 Fábio Alfredo Gonçalves de Campos Gerente de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	 Mirtz A. Nakamura Kuwahara Nutricionista CRN-8/1232	 Renata Peruzzo Romero Nutricionista CRN8/2451
---	--	--	--

OBSERVAÇÕES:

- * As FRUTAS que sobraem do Desjejum/Lanche da Tarde 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 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

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE FEVEREIRO 2023		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	4.371	312
PROT. (g)	203	14
LIPÍDEOS (g)	103	7
SAT. (g)	29	2
CARB. (g)	665	48
FIBRA (g)	64	5
CÁLCIO (mg)	685	49
MAGNÉSIO (mg)	746	53
FERRO (mg)	31	2
ZINCO (mg)	24	2
RETINOL (mcg)	392	28
VIT. C (mg)	402	29
SÓDIO (mg)	4.928	352
GORD. TRANS (g)	0	0



2023
FEVEREIRO



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO



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)	1.641	328	E. (KCAL)	1.600	320
PROT. (g)	69	14	PROT. (g)	73	15
LIPÍDEOS (g)	42	8	LIPÍDEOS (g)	38	8
SAT. (g)	11	2	SAT. (g)	11	2
CARB. (g)	252	50	CARB. (g)	248	50
FIBRA (g)	24	5	FIBRA (g)	25	5
CÁLCIO (mg)	362	72	CÁLCIO (mg)	208	42
MAGNÉSIO (mg)	294	59	MAGNÉSIO (mg)	274	55
FERRO (mg)	12	2	FERRO (mg)	11	2
ZINCO (mg)	8	2	ZINCO (mg)	9	2
RETINOL (mcg)	322	64	RETINOL (mcg)	62	12
VIT. C (mg)	220	44	VIT. C (mg)	144	29
SÓDIO (mg)	2087	417	SÓDIO (mg)	1867	373
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)	572	286	E. (KCAL)	1.550	310
PROT. (g)	28	14	PROT. (g)	78	16
LIPÍDEOS (g)	13	6	LIPÍDEOS (g)	35	7
SAT. (g)	4	2	SAT. (g)	10	2
CARB. (g)	85	43	CARB. (g)	232	46
FIBRA (g)	7	4	FIBRA (g)	21	4
CÁLCIO (mg)	58	29	CÁLCIO (mg)	140	28
MAGNÉSIO (mg)	89	45	MAGNÉSIO (mg)	268	54
FERRO (mg)	4	2	FERRO (mg)	10	2
ZINCO (mg)	4	2	ZINCO (mg)	9	2
RETINOL (mcg)	3	2	RETINOL (mcg)	20	4
VIT. C (mg)	16	8	VIT. C (mg)	53	11
SÓDIO (mg)	482	241	SÓDIO (mg)	1699	340
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0