


2023 MAIO



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: 01/05/2023	DATA: 02/05/2023	DATA: 03/05/2023	DATA: 04/05/2023	DATA: 05/05/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	FERIADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO
ALMOÇO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUME (BATATA/CUBOS) LEGUME REFOGADO(ESCAROLA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (BATATA DOCE/SOBRECOXA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (MANDIOCA/CUBOS) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)
LANCHE DA TARDE	FERIADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA
JANTAR	FERIADO	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (AVE MARIA/CENOURA / ABOBRINHA/COLORAU/TIRAS)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (BATATA/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (CENOURA)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E CARNE DESFIADA E LEGUMES (CENOURA / ABOBRINHA/TIRAS)
KCAL TOTAL		519	578	650	632
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 08/05/2023	DATA: 09/05/2023	DATA: 10/05/2023	DATA: 11/05/2023	DATA: 12/05/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - ABACATE/MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA
	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ABOBRINHA) LEGUMES REFOGADOS (REPOLHO/CENOURA)	ARROZ POLENTA COM MOLHO DE CARNE DESFIADO (MOIDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (TIRAS/COLORAU) LEGUMES REFOGADOS CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (MOÍDA/CENOURA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BRÓCOLI)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUME (CUBOS/BATATA) LEGUME REFOGADO (ABÓBORA CABOTIÁ)
	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO
	SOPA DE MACARRÃO AVE MARIA COM CARNE E LEGUMES (TIRAS/CENOURA/COLORAU/ ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/COLORAU) LEGUMES REFOGADOS (CENOURA/CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (CUBOS/BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (ABÓBORA CABOTIÁ)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUMES (SOBREC/ABOBRINHA/CENOURA/ TOMATE)
KCAL TOTAL	659	644	641	647	617

2023 MAIO



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: 15/05/2023	DATA: 16/05/2023	DATA: 17/05/2023	DATA: 18/05/2023	DATA: 19/05/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - ABACATE/MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - ABACATE/MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO
	ARROZ FEIJÃO CARNE DE MOÍDA COM LEGUME (MOÍDA/COLORAU/BATATA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (TIRAS/CENOURA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ABÓBORA CABOTIÁ)	ARROZ FEIJÃO CARNE TIRAS REFOGADA (TIRAS /TOMATE/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (CARÁ)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (CENOURA/MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS DESFIADA COM LEGUME (TIRAS/BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO(CENOURA)
	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA
	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CARNE E LEGUMES (CENOURA/ABÓBORA CABOTIÁ/TIRAS)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUMES (BATATA DOCE/ABOBRINHA/TIRAS)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (MOÍDA/COLORAU/CENOURA) LEGUME REFOGADO (INHAME)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BATATA/TIRAS) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	CANJA (ARROZ/FILÉ OU SOBRE COXA/BATATA/CENOURA/ ABOBORA CABOTIÁ/COLORAU)
	KCAL TOTAL	627	613	571	635
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 22/05/2023	DATA: 23/05/2023	DATA: 24/05/2023	DATA: 25/05/2023	DATA: 26/05/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PERA RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME(CHUCHU) LEGUME REFOGADO(REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (TIRAS /BATATA/COLORAU) LEGUME REFOGADO OU ASSADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CENOURA/TIRAS) LEGUME REFOGADO (ABÓBORA CABOTIÁ)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (MOÍDA/CENOURA) LEGUME REFOGADO (CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (CENOURA/TOMATE)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO (CUBOS/REPOLHO/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUME (BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (CARÁ)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (BATATA DOCE/COLORAU/FILÉ OU SOBRE) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (AVE MARIA/CUBOS/CENOURA/ ABOBRINHA/BATATA/COLORAU)
KCAL TOTAL	576	581	638	600	625

2023 MAIO



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: 29/05/2023	DATA: 30/05/2023	DATA: 31/05/2023	DATA: 01/06/2023	DATA: 02/06/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO	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 - PERA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUME (TIRAS/BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (CHUCHU)	ARROZ COM LEGUME (CENOURA) FEIJÃO CARNE DE PANELA DESFIADA COM MOLHO (CUBOS/COLORAU/ABÓBORA CABOTIÁ)	ARROZ FEIJÃO CARNE E LEGUME (MOÍDA/COLORAU) LEGUMES REFOGADOS (CENOURA/CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (INHAME/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ABOBRINHA) LEGUME REFOGADOS (BATATA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA
JANTAR	ARROZ POLENTA COM CARNE MOÍDA (MOÍDA/CENOURA/COLORAU) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ABOBRINHA) LEGUME REFOGADOS (BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA COM LEGUME (TIRAS/BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ COM LEGUME (CENOURA) FEIJÃO CARNE DE PANELA DESFIADA COM MOLHO (CUBOS/COLORAU/ABÓBORA CABOTIÁ)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE E LEGUMES (CUBOS/BATATA/ CENOURA)
KCAL TOTAL	595	482	603	642	628

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 Kuwahara 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 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.
- * A temperatura das bebidas deverá estar de acordo com a - INSTRUÇÃO NORMATIVA Nº 002/2023 – Instruir os Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs) sobre os preparos de fórmula infantil no Lactário.

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE MAIO 2023		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	14.600	664
PROT. (g)	499	23
LÍPIDIOS (g)	492	22
SAT. (g)	181	8
CARB. (g)	2.103	96
FIBRA (g)	208	9
CÁLCIO (mg)	8.721	396
MAGNÉSIO (mg)	2.356	107
FERRO (mg)	156	7
ZINCO (mg)	113	5
RETINOL (mcg)	7.446	338
VIT. C (mg)	2.139	97
SÓDIO (mg)	9.564	435
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
MAIO



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

CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL PROPOSTO (CB)



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 02/05/2023 A 05/05/2023			SEMANA DE 08/05/2023 A 12/05/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.380	595	E. (KCAL)	3.208	642
PROT. (g)	87	22	PROT. (g)	105	21
LÍPIDEOS (g)	84	21	LÍPIDEOS (g)	115	23
SAT. (g)	31	8	SAT. (g)	41	8
CARB. (g)	348	87	CARB. (g)	448	90
FIBRA (g)	35	9	FIBRA (g)	52	10
CÁLCIO (mg)	1512	378	CÁLCIO (mg)	1871	374
MAGNÉSIO (mg)	410	103	MAGNÉSIO (mg)	518	104
FERRO (mg)	27	7	FERRO (mg)	34	7
ZINCO (mg)	19	5	ZINCO (mg)	24	5
RETINOL (mcg)	1282	320	RETINOL (mcg)	1589	318
VIT. C (mg)	403	101	VIT. C (mg)	391	78
SÓDIO (mg)	1552	388	SÓDIO (mg)	2188	438
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 15/05/2023 A 19/05/2023			SEMANA DE 22/05/2023 A 26/05/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.042	608	E. (KCAL)	3.021	604
PROT. (g)	101	20	PROT. (g)	104	21
LÍPIDEOS (g)	101	20	LÍPIDEOS (g)	98	20
SAT. (g)	38	8	SAT. (g)	37	7
CARB. (g)	440	88	CARB. (g)	436	87
FIBRA (g)	42	8	FIBRA (g)	40	8
CÁLCIO (mg)	1804	361	CÁLCIO (mg)	1864	373
MAGNÉSIO (mg)	468	94	MAGNÉSIO (mg)	488	98
FERRO (mg)	32	6	FERRO (mg)	32	6
ZINCO (mg)	23	5	ZINCO (mg)	24	5
RETINOL (mcg)	1548	310	RETINOL (mcg)	1591	318
VIT. C (mg)	449	90	VIT. C (mg)	528	106
SÓDIO (mg)	1850	370	SÓDIO (mg)	1909	382
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 29/05/2023 A 02/06/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.950	590
PROT. (g)	102	20
LÍPIDEOS (g)	94	19
SAT. (g)	35	7
CARB. (g)	430	86
FIBRA (g)	40	8
CÁLCIO (mg)	1671	334
MAGNÉSIO (mg)	471	94
FERRO (mg)	31	6
ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1436	287
VIT. C (mg)	368	74
SÓDIO (mg)	2065	413
GORD. TRANS (g)	0	0