

2023
JULHO



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

CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL EXECUTADO (CB)



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 03/07/2023	DATA: 04/07/2023	DATA: 05/07/2023	DATA: 06/07/2023	DATA: 07/07/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/COLORAU/BATATA) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO AO MOLHO (TIRAS /COLORAU) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/ABÓBORA CABOTIÁ) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (TIRAS /TOMATE/CEBOLA) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (BATATA DOCE)	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUME (FILÉ/CHUCHU/CENOURA/BATATA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA BOI OU FRANGO (TIRAS /COLORAU) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO OU ASSADO (ABOBORA CABOTIÁ)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E LEGUMES (ABOBORA/CENOURA/MOIDA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE MOÍDA COM LEGUME (MOÍDA/COLORAU/BATATA) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (ABOBRINHA/BROCOLI)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E LEGUMES (ABOBRINHA/CENOURA/MOIDA)	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO (MOÍDA/COLORAU) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (ABOBRINHA)
KCAL TOTAL	613	530	628	623	631
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 10/07/2023	DATA: 11/07/2023	DATA: 12/07/2023	DATA: 13/07/2023	DATA: 14/07/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
LANCHE DA TARDE					
JANTAR	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
KCAL TOTAL					

2023 JULHO



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

CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL EXECUTADO (CB)



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 17 /07/2023	TERÇA-FEIRA DATA: 18/07/2023	QUARTA-FEIRA DATA: 19/07/2023	QUINTA-FEIRA DATA: 20/07/2023	SEXTA-FEIRA DATA: 21/07/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	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					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 24 /07/2023	TERÇA-FEIRA DATA: 25/07/2023	QUARTA-FEIRA DATA: 26/07/2023	QUINTA-FEIRA DATA: 27/07/2023	SEXTA-FEIRA DATA: 28/07/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA
ALMOÇO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	SOPA DE MACARRAO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (MOÍDA/BATATA/CENOURA/ABOBRINH)	ARROZ PAPA FEIJÃO CARNE DE PANELA DESFIADO COM LEGUME (BATATA/TIRAS)	ARROZ PAPA FEIJÃO CARNE DESFIADO DESFIADO (ABOBRINHA/CUBOS) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (ABÓBORA CABOTIÁ/TIRAS) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA
JANTAR	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	ARROZ PAPA FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO (FILÉ/BATATA DOCE)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (MOÍDA/BATATA/CENOURA/ ABOBRINHA)	ARROZ PAPA FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CENOURA/TIRAS/COLORAU) LEGUME PICADO/AMASSADO REFOGADO (REPOLHO)	CANJA COM FRANGO E LEGUMES (FILÉ/ABOBRINHA/BATATA/CENOURA)
KCAL TOTAL		561	560	588	604

2023 JULHO



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

CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL EXECUTADO (CB)



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 31/07/2023	DATA: 01/08/2023	DATA: 02/08/2023	DATA: 03/08/2023	DATA: 04/08/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA) LEGUME REFOGADO OU ASSADO (BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (COLORAU / BATATA/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (COLORAU / BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (TIRAS/COLORAU/CENOURA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO/AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA/FILÉ) LEGUME REFOGADO (ACELGA)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E LEGUMES (CUBOS/ABOBRINHA/BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (TIRAS/COLORAU/CENOURA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA) LEGUME REFOGADO OU ASSADO (BATATA)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E LEGUMES (TIRA/ABOBRINHA/BATATA)
KCAL TOTAL	639	603	631	650	642

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 CRNB/231	 Mirtz A. Nakamura Kawahara Nutricionista CRN-8/3232	 Renata Perucelo Romero Nutricionista CRNB/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).

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JULHO 2023

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	8.394	600
PROT. (g)	299	21
LÍPIDIOS (g)	273	19
SAT. (g)	103	7
CARB. (g)	1.199	86
FIBRA (g)	114	8
CÁLCIO (mg)	5.211	372
MAGNÉSIO (mg)	1.414	101
FERRO (mg)	94	7
ZINCO (mg)	67	5
RETINOL (mcg)	4.377	313
VIT. C (mg)	1.211	86
SÓDIO (mg)	5.073	362
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
JULHO



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



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 03/07/2023 A 07/07/2023			SEMANA DE 10/07/2023 A 14/07/2023 RECESSO		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.024	605	E. (KCAL)		0
PROT. (g)	106	21	PROT. (g)		0
LÍPIDEOS (g)	98	20	LÍPIDEOS (g)		0
SAT. (g)	37	7	SAT. (g)		0
CARB. (g)	437	87	CARB. (g)		0
FIBRA (g)	43	9	FIBRA (g)		0
CÁLCIO (mg)	1875	375	CÁLCIO (mg)		0
MAGNÉSIO (mg)	518	104	MAGNÉSIO (mg)		0
FERRO (mg)	34	7	FERRO (mg)		0
ZINCO (mg)	24	5	ZINCO (mg)		0
RETINOL (mcg)	1547	309	RETINOL (mcg)		0
VIT. C (mg)	444	89	VIT. C (mg)		0
SÓDIO (mg)	1800	360	SÓDIO (mg)		0
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)		0
SEMANA DE 17/07/2023 A 21/07/2023 RECESSO			SEMANA DE 24/07/2023 A 28/07/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)		0	E. (KCAL)	2.206	552
PROT. (g)		0	PROT. (g)	82	20
LÍPIDEOS (g)		0	LÍPIDEOS (g)	74	19
SAT. (g)		0	SAT. (g)	29	7
CARB. (g)		0	CARB. (g)	301	75
FIBRA (g)		0	FIBRA (g)	24	6
CÁLCIO (mg)		0	CÁLCIO (mg)	1414	354
MAGNÉSIO (mg)		0	MAGNÉSIO (mg)	331	83
FERRO (mg)		0	FERRO (mg)	25	6
ZINCO (mg)		0	ZINCO (mg)	18	5
RETINOL (mcg)		0	RETINOL (mcg)	1240	310
VIT. C (mg)		0	VIT. C (mg)	230	57
SÓDIO (mg)		0	SÓDIO (mg)	1248	312
GORD. TRANS (g)		0	GORD. TRANS (g)	0	0
SEMANA DE 31/07/2023 A 28/07/2023					
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.164	633			
PROT. (g)	111	22			
LÍPIDEOS (g)	100	20			
SAT. (g)	37	7			
CARB. (g)	461	92			
FIBRA (g)	47	9			
CÁLCIO (mg)	4923	985			
MAGNÉSIO (mg)	565	113			
FERRO (mg)	35	7			
ZINCO (mg)	24	5			
RETINOL (mcg)	1591	318			
VIT. C (mg)	536	107			
SÓDIO (mg)	2024	405			
GORD. TRANS (g)	0	0			