



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



EJA

CARDÁPIO EJA					FEVEREIRO / 2021
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	1	2	3	4	5
JANTAR					
KCAL JANTAR					
	8	9	10	11	12
JANTAR	Arroz Feijão Omelete com Legume (Abobrinha e Tomate)	Arroz Estrogonofe de Frango Salada de Legumes (Cenoura, Chuchu)	Arroz Feijão Carne em Cubos Com Batata Salada (Repolho com Tomate)	Macarrão à Bolonhesa Salada (Couve Manteiga)	Arroz Feijão Frango com Legume (Coxa e Sobrecoxa) (Cenoura) Salada (Alface com Tomate)
KCAL JANTAR	398,23	386,28	442,02	365,69	416,7
	15	16	17	18	19
JANTAR					
KCAL JANTAR					
	22	23	24	25	26
JANTAR	Arroz Nhoque com Frango Desfiado ao Molho Legume Refogado (Brócolis)	Arroz Feijão Carne Moída com Legume (Batata Doce) Salada (Repolho com Cenoura)	Arroz Polenta com Molho de Frango Salada de Acelga	Arroz Feijão Carne em Cubos com Legume (Mandioca) Salada (Couve Flor)	Arroz Feijão Carne em Tiras com Batata
KCAL PRINCIPAL	406,05	482,5	442,34	501,78	423,9

Mirtz A. Nakamura Kuwahara
Nutricionista CRN-8/12112

Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN8/231

Renata Perucelo Romero
Nutricionista CRN8/2451

Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	
ALMOÇO	
LANCHE DA TARDE	
JANTAR:	

OBS: Os ingredientes que compõem as preparações, bem como as informações nutricionais de macronutrientes prioritários constam na ficha técnica da preparação.