



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



FUNDAMENTAL

CARDÁPIO FUNDAMENTAL

MAIO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	3	4	5	6	7
<b>DESJEJUM</b>	Leite Batido com Polpa Fruta - Melão	Leite com Achocolatado Biscoito Maisena	Leite Batido com Fruta (Abacate)	Chá Pão com Manteiga	Suco de Polpa Pão com Requeijão
<b>KCAL DESJEJUM</b>	180	310	171	208	138
<b>PRINCIPAL</b>	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Batata Doce) Fruta - Maçã	Macarrão com Frango Desfiado ao Molho Legume Refogado (Abobrinha)	Arroz Feijão Carne em Cubos com Legume (mandioca) Salada (Alface com Tomate) Fruta - Banana	Polenta com Molho de Carne Moída Legume Refogado (Vagem com Cenoura) Fruta - Laranja	Arroz Feijão Frango ao Molho com Legume (Coxa e Sobrecoxa) (Cenoura) Salada (Acelga com Tomate) Fruta - Mamão
<b>KCAL PRINCIPAL</b>	342	228	402	208	312
<b>KCAL TOTAL</b>	523	539	573	416	450
	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Achocolatado Pão com Queijo	Leite Batido com Polpa Fruta - Maçã	Flocos com Leite Fruta - Melão	Suco de Polpa Biscoito Maisena	Chá Pão com Manteiga
<b>KCAL DESJEJUM</b>	274	103	246	180	208
<b>PRINCIPAL</b>	Arroz Feijão Omelete com Legume Fruta - Laranja	Arroz Estrogonofe de Frango Legume Sauté (Batata) Salada de Alface com Pepino	Arroz Feijão Carne em Cubos ao Molho Salada (Repolho com Tomate) Fruta - Melão	Arroz Feijão Frango ao Molho com Legume (Coxa e Sobrecoxa) (Cenoura) Salada (Alface com Tomate) Fruta - Banana	Macarrão à Bolonhesa Salada de Couve Manteiga Fruta - Laranja
<b>KCAL PRINCIPAL</b>	286	302	286	357	265
<b>KCAL TOTAL</b>	560	405	532	537	473
	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>DESJEJUM</b>	Suco de Polpa Pão com Requeijão	Leite com Achocolatado Biscoito Maisena	Leite Batido com Polpa	Bebida Láctea Biscoito Amanteigado	Leite Batido com Fruta (Banana) Biscoito Cream Cracker
<b>KCAL DESJEJUM</b>	137,57	310,35	47,29	163,65	299,35
<b>PRINCIPAL</b>	Arroz Feijão Carne Moída Refogada Legume Refogado (Abobrinha) Fruta - Maçã	Arroz Feijão Frango em Cubos com Legume(Cenoura) Salada de Alface com Tomate	Arroz Feijão Carne em Tiras Acebolada Legume Sauté (Mandioca) Fruta - Banana	Arroz Nhoque com Carne Moída ao Molho Salada de Legumes (Cenoura, Chuchu) Fruta - Mamão	Pão com Carne Moída e Cenoura Suco de Polpa
<b>KCAL PRINCIPAL</b>	307	260	445	293	200
<b>KCAL TOTAL</b>	445	571	492	457	499



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



FUNDAMENTAL

CARDÁPIO FUNDAMENTAL

MAIO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	24	25	26	27	28
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Achatolado Pão com Requeijão	Chá Bolacha Rosquinha	Vitamina de Fruta (Banana + Maçã)	Leite Batido com Polpa Fruta - Melão	Suco de Polpa Pão com Manteiga
<b>KCAL DESJEJUM</b>	268	203	164	77	178
<b>PRINCIPAL</b>	Nhoque com Frango Desfiado ao Molho Legume Refogado (Brócolis) Fruta - Laranja	Arroz Feijão Carne Moída com Legume (Batata Doce) Salada (Repolho com Cenoura)	Risoto de Frango com Cenoura e Tomate Salada de Acelga Fruta - Maçã	Arroz Feijão Carne em Cubos com Legume (Mandioca) Salada (Couve Flor) Fruta - Mamão	Bolo Básico Suco de Polpa
<b>KCAL PRINCIPAL</b>	178	302	243	359	233
<b>KCAL TOTAL</b>	446	505	407	436	411
	<b>31</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Achatolado	Leite Batido com Polpa Fruta - Maçã	Suco de Polpa Biscoito Maisena	<b>FERIADO</b>	Chá Pão com Manteiga
<b>KCAL DESJEJUM</b>	178	103	180		208
<b>PRINCIPAL</b>	Arroz Feijão Carne ao Molho Salada de Legumes (Cenoura e Fruta - Melão)	Arroz Fricassê de Frango Salada de Couve Manteiga	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Couve Flor) Salada de Alface com Tomate Fruta - Laranja	<b>FERIADO</b>	Macarrão à Bolonhesa Salada (Repolho com Tomate) Fruta - Maçã
<b>KCAL PRINCIPAL</b>	290	249	295		284
<b>KCAL TOTAL</b>	467	352	475		491

*Mirtz Al Wakamura Kuwahara*  
Mirtz Al Wakamura Kuwahara  
Nutricionista CRN-8/1212

*Beatriz Lourenço Nunes*  
Beatriz Lourenço Nunes  
Nutricionista CRN8/231

*Renata Perucelo Romero*  
Renata Perucelo Romero  
Nutricionista CRN8/2451

*Fábio Alfredo Gonçalves de Campos*  
Fábio Alfredo Gonçalves de Campos  
Gerente de Alimentação Escolar

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	
ALMOÇO	
LANCHE DATARDE	
JANTAR	

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