



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
DESJEJUM	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
KCAL DESJEJUM	180	310	171	208	138
PRINCIPAL	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
KCAL PRINCIPAL	342	228	402	208	312
KCAL TOTAL	523	539	573	416	450
	10	11	12	13	14
DESJEJUM	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
KCAL DESJEJUM	274	103	246	180	208
PRINCIPAL	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
KCAL PRINCIPAL	286	302	286	357	265
KCAL TOTAL	560	405	532	537	473
	17	18	19	20	21
DESJEJUM	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
KCAL DESJEJUM	137,57	310,35	47,29	163,65	299,35
PRINCIPAL	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
KCAL PRINCIPAL	307	260	445	293	200
KCAL TOTAL	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
DESJEJUM	Leite com Achiocolatado Pão com Requeijão	Chá Bolacha Rosquinha	Vitamina de Fruta (Banana + Maçã)	Leite Batido com Polpa Fruta - Melão	Suco de Polpa Pão com Manteiga
KCAL DESJEJUM	268	203	164	77	178
PRINCIPAL	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
KCAL PRINCIPAL	178	302	243	359	233
KCAL TOTAL	446	505	407	436	411
	31	1	2	3	4
DESJEJUM	Leite com Achiocolatado	Leite Batido com Polpa Fruta - Maçã	Suco de Polpa Biscoito Maisena	FERIADO	Chá Pão com Manteiga
KCAL DESJEJUM	178	103	180		208
PRINCIPAL	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	FERIADO	Macarrão à Bolonhesa Salada (Repolho com Tomate) Fruta - Maçã
KCAL PRINCIPAL	290	249	295		284
KCAL TOTAL	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.