



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



BERÇÁRIO

CARDÁPIO BERÇÁRIO

MARÇO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	1	2	3	4	5
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
KCAL DESJEJUM	130	130	130	130	130
COLAÇÃO	Fruta Amassada ou Raspada (Pera) ou Raspada	Fruta Amassada ou Raspada (Banana)	Fruta Amassada ou Raspada (Melão)	Fruta Amassada ou Raspada (Mamão)	Fruta Amassada ou Raspada (Maçã)
KCAL COLAÇÃO	27	46	15	23	28
ALMOÇO	Arroz Feijão Ovo mexido com Legume (Cenoura) Salada de Alface	Macarrão com Carne Moída e Tomate Legume Cozido (Beterraba) Fruta - Laranja	Arroz Feijão Carne de panela com Legume (Batata Doce) Salada de Cenoura	Arroz Feijão Frango Refogado com Legumes (Chuchu, Abóbora, Couve Manteiga) Pure de Legume (Batata)	Arroz Feijão Carne Moída Refogada Legume Refogado (Abóbora)
KCAL ALMOÇO	138	140	159	159	136
LANCHE	Fruta Amassada ou Raspada (Abacate)	Fruta Amassada ou Raspada (Maça/Laranja)	Chá Claro Biscoito maisena	Fruta Amassada ou Raspada (Pera)	Fruta Amassada ou Raspada (Maça, Banana e Laranja)
KCAL LANCHE	58	30	66	27	32
JANTAR	Polenta com Carne Moída	Risoto de Frango	Macarrão com Carne Moída e Tomate	Sopa de Mandioquinha, Feijão, Chuchu, Abóbora, Couve, Carne Moída	Sopa de Feijão com Carne e Legumes
KCAL JANTAR	73	102	111	111	92
KCAL TOTAL	425	447	481	449	417



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



BERÇÁRIO

CARDÁPIO BERÇÁRIO

MARÇO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	8	9	10	11	12
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
KCAL DESJEJUM	130	130	130	130	130
COLAÇÃO	Fruta Amassada ou Raspada (Maçã) ou Raspada	Fruta Amassada ou Raspada (Mamão) ou Raspada	Fruta Amassada ou Raspada (Abacate) ou Raspada	Fruta Amassada ou Raspada (Banana) ou Raspada	Fruta Amassada ou Raspada (Pera) ou Raspada
KCAL COLAÇÃO	28	23	58	46	27
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne Moída Refogada com Legume (Vagem)	Arroz Frango Desfiado Pure de Legume (Batata)	Arroz Polenta com Carne moída Salada de Cenoura	Arroz Feijão Frango cozido com Legumes (Chuchu, Abóbora e Couve Manteiga)	Arroz Feijão Ovos Mexidos com Legume (Cenoura) Legume Refogado (Abóbora)
KCAL PRINCIPAL	131	127	137	132	144
LANCHE	Papa de Fruta (Banana e Mamão)	Chá Claro (Camomila) Biscoito maisena	Papa de Fruta (Melão)	Papa de Fruta (Maça/Laranja)	Papa de Fruta (Banana/Laranja)
KCAL LANCHE	33	66	15	30	44
JANTAR	Sopa de Macarrão, Feijão, Carne e Legumes	Sopa de Mandioquinha, Frango, Cenoura, Abobrinha, Couve Manteiga	Canja	Sopa de Mandioca, Feijão, Abóbora, Chuchu, Couve, Carne em Tiras	Arroz Carne em Tiras com Legumes (Abobrinha, Cenoura, Couve Manteiga)
KCAL JANTAR	136	65	102	111	98
KCAL TOTAL	458	411	441	448	443



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



BERÇÁRIO

CARDÁPIO BERÇÁRIO

MARÇO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15	16	17	18	19
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
KCAL DESJEJUM	130	130	130	130	130
COLAÇÃO	Fruta Amassada ou Raspada (Pera)	Fruta Amassada ou Raspada (Banana)	Fruta Amassada ou Raspada (Mamão) ou Raspada	Fruta Amassada ou Raspada (Mamão) ou Raspada	Fruta Amassada ou Raspada (Maçã) ou Raspada
KCAL COLAÇÃO	27	46	23	23	28
ALMOÇO	Papa de Arroz Ovos mexidos Purê de cenoura com batata	Papa de Arroz Caldo de Feijão Carne de panela com lequeme (Cabotiá)	Papa de Arroz Com brocolis Frango acebolado (Sobrecoxa)	Arroz Feijão Carne Moída Retogada Purê de Batata	Arroz Feijão Carne em tiras com Legume
KCAL ALMOÇO	137	90	35	161	132
LANCHE	Papa de Fruta (Melão)	Papa de Fruta (maça)	Chá de erva doce Biscoito maisena	Papa de fruta (banana/laranja)	Papa de fruta (mamão/laranja)
KCAL LANCHE	60	28	66	44	30
JANTAR	Arroz Ovos mexidos Purê de Cenoura com Batata	Arroz Feijão Frango Desfiado Salada de Alface e Tomate	Papa de arroz com carne e legumes (escarola/batata doce)	Sopa de Macarrão com Frango e Legume (Vagem/Cenoura)	Canja
KCAL JANTAR	125	131	99	120	102
KCAL TOTAL	479	425	353	478	422



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



BERÇÁRIO

CARDÁPIO BERÇÁRIO

MARÇO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22	23	24	25	26
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
KCAL DESJEJUM	130	130	130	130	130
COLAÇÃO	Fruta (maça) Amassada ou Raspada	Fruta (mamão) Amassada ou Raspada	Fruta (abacate) Amassada ou Raspada	Fruta (banana) Amassada ou Raspada	Fruta (perá) Amassada ou Raspada
KCAL COLOÇÃO	28	23	58	46	27
ALMOÇO	Papa de Arroz Caldo de Feijão Ovo mexido Escarola refogada	Sopa de Macarrão com frango desfiado Seleta de legumes (vagem/chuchu)	Papa de Arroz Tiras acebolada Purê de Batatas	Papa de Arroz Caldo de Feijão Almondegas de carne Chuchu Cozido em tiras	Risoto de Frango (sobrecoxa) com Legumes (Tomate/cenoura/brocolis)
KCAL ALMOÇO	134	46	115	126	99
LANCHE	Fruta Amassada ou Raspada (Melão)	Fruta Amassada ou Raspada (Mamão)	Fruta Amassada ou Raspada (Abacate)	Fruta Amassada ou Raspada (Maçã)	Fruta Amassada ou Raspada (Banana)
KCAL LANCHE	15	23	58	28	55
JANTAR	Macarrão, Carne e Legumes Fruta - Banana	Canja	Macarrão, Carne e Legumes	Arroz Polenta com Frango Desfiado	Arroz Feijão Ovo Mexido Legumes Refogados (Vagem e
KCAL JANTAR	163	102	117	129	134
KCAL TOTAL	398	324	478	458	445



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



BERÇÁRIO

CARDÁPIO BERÇÁRIO

MARÇO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29	30	31	01/abr	02/abr
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	
KCAL DESJEJUM	130	130	130	130	0
COLAÇÃO	Fruta Amassada ou Raspada (Melão)	Fruta Amassada ou Raspada (Mamão)	Fruta Amassada ou Raspada (Abacate)	Fruta Amassada ou Raspada (Maçã)	
KCAL COLAÇÃO	15	23	58	28	0
ALMOÇO	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de Beterraba cozida Fruta - Laranja	Arroz Torta Madalena Salada de Repolho Fruta - Perá	Arroz Nhoque com carne em tiras Legume Refogado (Couve-flor) Salada de alface/tomate	Pão com Carne Moída e queijo Suco de polpa (morango)	Feriado
KCAL ALMOÇO	174	169	132	96	0
LANCHE	Fruta Amassada ou Raspada (Melão)	Fruta Amassada ou Raspada (Mamão)	Fruta Amassada ou Raspada (Abacate)	Fruta Amassada ou Raspada (Maçã)	
KCAL LANCHE	15	23	58	28	0
JANTAR	Sopa de Macarrão, Feijão, Carne e	Sopa de Mandioquinha, Franço, Cenoura,	Canja	Sopa de Mandioca, Feijao, Abobora,	
KCAL JANTAR	136	65	102	111	0
KCAL TOTAL	470	410	479	393	0

Mirza A. Nakamura Kuwahara
Mirza A. Nakamura 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

HORARIO 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.