

2023 NOVEMBRO



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
	30/10/2023	31/10/2023	DATA: 01/11/2023	DATA: 02/11/2023	DATA: 03/11/2023
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	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (FILÉ//ABÓBORA CABOTIÁ)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES (MOÍDA/CENOURA/VAGEM)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO COM LEGUME (FILÉ/BATATA DOCE/ESPINAFRE)	FERIADO	RECESSO
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PERA RASPADO/AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	FERIADO	RECESSO
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E CARNE EM TIRAS (TIRAS/TOMATE/CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS DESFIADA COM LEGUMES (TIRAS/CHUCHU)	CANJA DE ARROZ (FILÉ/CENOURA/ABOBRINHA/BATATA)	FERIADO	RECESSO
KCAL TOTAL	587	587	567		
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06/11/2023	07/11/2023	08/11/2023	09/11/2023	10/11/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	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 - PERA RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/BATATA) LEGUME AMASSADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO COM LEGUME (ESPINAFRE) LEGUME AMASSADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (FILÉ/CENOURA) LEGUME AMASSADO (INHAME)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (TIRAS/TOMATE/CEBOLA) LEGUME AMASSADO (CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (CUBOS/CENOURA) LEGUME AMASSADO (COUVE FLOR)
LANCHE DA TARDE	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 - PÊRA AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO FEIJÃO E LEGUMES (FILÉ/CENOURA/ABOBRINHA/BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/TOMATE/CEBOLA) LEGUME AMASSADO (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (TIRAS/BATATA) LEGUME AMASSADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/BATATA DOCE) LEGUME AMASSADO (BRÓCOLIS)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO FRANGO E LEGUMES (FILÉ/ABOBRINHA/BATATA)
KCAL TOTAL	574	542	568	540	605

2023 NOVEMBRO



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
	13/11/2023	14/11/2023	15/11/2023	16/11/2023	17/11/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	FERIADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PERA RASPADA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUME (ESPINAFRE/TOMATE/CENOURA) LEGUME AMASSADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (TIRAS/INHAME) LEGUME AMASSADO (REPOLHO)	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (FILE/CENOURA) LEGUME AMASSADO (BRÓCOLIS)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (TIRAS/REPOLHO) LEGUME REFOGADO (CHUCHU)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FORMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	LEITE (FORMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ	FERIADO	LEITE (FORMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO	LEITE (FORMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO ASPADA
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE FEIJÃO E LEGUMES (TIRAS/ABOBRINHA/BATATA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (FILE/ CENOURA) LEGUME AMASSADO (BATATA)	FERIADO	SOPA DE MACARRÃO E FEIJÃO COM CARNE E LEGUMES (CUBOS/ABOBRINHA/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (FILÉ/BATATA) LEGUME AMASSADO (COUVE FLOR)
KCAL TOTAL	611	553		605	599
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	20/11/2023	21/11/2023	22/11/2023	23/11/2023	24/11/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ESPINAFRE) LEGUME AMASSADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO (FILÉ/BATATA) LEGUME AMASSADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM MOLHO (TIRAS) LEGUME AMASSADO (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/BATATA) LEGUME AMASSADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (FILÉ/BRÓCOLIS) LEGUME AMASSADO(CHUCHU)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	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
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO FEIJÃO E LEGUMES (FILE/CENOURA/BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (TIRAS/CENOURA) LEGUME AMASSADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (FILÉ/TOMATE/CEBOLA) LEGUME AMASSADO (CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (TIRAS/MANDIOCA) LEGUME AMASSADO (CENOURA)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE FEIJÃO E LEGUMES (CUBOS/ABOBRINHA/BATATA)
KCAL TOTAL	544	639	612	644	636

2023 NOVEMBRO



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



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	27/11/2023/	28/11/2023/	29/11/2023	30/11/2023	01/12/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME AMASSADO (FILÉ/ESPINAFRE) LEGUME AMASSADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS AMASSADO (ABOBRINHA) LEGUME AMASSADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM MOLHO AMASSADO (CUBOS/CENOURA) LEGUME AMASSADO (ESPINAFRE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME AMASSADO (FILÉ/BATATA) LEGUME AMASSADO (CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME AMASSADO (CUBOS/ABOBRINHA) LEGUME AMASSADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE FEIJÃO E LEGUMES (CUBOS/CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME (FILÉ/TOMATE/CEBOLA) LEGUME AMASSADO (BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM MOLHO (TIRAS/TOMATE/CEBOLA) LEGUME REFOGADO(CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/BRÓCOLIS) LEGUME REFOGADO (INHAME)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO FEIJÃO E LEGUMES (FILÉ/CENOURA/ABOBRINHA/ BATATA)
KCAL TOTAL	637	618	622	648	646

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

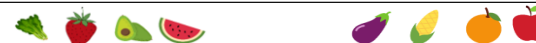
 Fábio Alfredo Gonçalves de Campos Gerente de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	 Mirtz A. Nakamura Kawafura Nutricionista CRN-8/1212	 Renata Perucelo Romero Nutricionista CRN8/2451
---	--	--	---

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 NOVEMBRO 2023		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	11.828	538
PROT. (g)	412	19
LÍPIDEOS (g)	371	17
SAT. (g)	136	6
CARB. (g)	135	6
FIBRA (g)	1.738	79
CÁLCIO (mg)	175	8
MAGNÉSIO (mg)	7.296	332
FERRO (mg)	133	6
ZINCO (mg)	91	4
RETINOL (mcg)	5.972	271
VIT. C (mg)	1.952	89
SÓDIO (mg)	5.762	262
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 NOVEMBRO



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

CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL EXECUTADO (CB)



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 30/10/2023 A 03/11/2023			SEMANA DE 06/11/2023 A 10/11/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.742	581	E. (KCAL)	3.117	1039
PROT. (g)	60	20	PROT. (g)	104	35
LÍPIDEOS (g)	55	18	LÍPIDEOS (g)	97	32
SAT. (g)	20	7	SAT. (g)	36	12
CARB. (g)	256	85	CARB. (g)	465	155
FIBRA (g)	22	7	FIBRA (g)	49	16
CÁLCIO (mg)	1090	363	CÁLCIO (mg)	1935	645
MAGNÉSIO (mg)	268	89	MAGNÉSIO (mg)	601	200
FERRO (mg)	18	6	FERRO (mg)	36	12
ZINCO (mg)	13	4	ZINCO (mg)	24	8
RETINOL (mcg)	930	310	RETINOL (mcg)	1568	523
VIT. C (mg)	313	104	VIT. C (mg)	536	179
SÓDIO (mg)	1140	380	SÓDIO (mg)	1405	468
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 13/11/2023 A 17/11/2023			SEMANA DE 20/11/2023 A 24/11/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.468	494	E. (KCAL)	3.142	628
PROT. (g)	87	17	PROT. (g)	112	22
LÍPIDEOS (g)	79	16	LÍPIDEOS (g)	97	19
SAT. (g)	29	6	SAT. (g)	35	7
CARB. (g)	358	72	CARB. (g)	462	92
FIBRA (g)	35	7	FIBRA (g)	45	9
CÁLCIO (mg)	1539	308	CÁLCIO (mg)	1902	380
MAGNÉSIO (mg)	436	87	MAGNÉSIO (mg)	554	111
FERRO (mg)	28	6	FERRO (mg)	34	7
ZINCO (mg)	19	4	ZINCO (mg)	24	5
RETINOL (mcg)	1261	252	RETINOL (mcg)	1572	314
VIT. C (mg)	412	82	VIT. C (mg)	457	91
SÓDIO (mg)	1265	253	SÓDIO (mg)	1558	312
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 27/11/2023 A 01/12/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.526	505
PROT. (g)	88	18
LÍPIDEOS (g)	81	16
SAT. (g)	29	6
CARB. (g)	369	74
FIBRA (g)	38	8
CÁLCIO (mg)	1552	310
MAGNÉSIO (mg)	478	96
FERRO (mg)	29	6
ZINCO (mg)	20	4
RETINOL (mcg)	1260	252
VIT. C (mg)	416	83
SÓDIO (mg)	1257	251
GORD. TRANS (g)	0	0