

**2023**  
**DEZEMBRO**



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL FILANTRÓPICO**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	27/11/2023/ LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	28/11/2023/ LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADO	29/11/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	30/11/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - BANANA AMASSADA	01/12/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - PÊRA RASPADA
DESJEJUM / COLAÇÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUME AMASSADO (FILÉ/ESPINAFRE) LEGUME AMASSADO (ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME AMASSADO (CENOURA) LEGUME AMASSADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME AMASSADO (CUBOS/ABÓBORA CABOTIÁ) 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 RASPADA	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 LEGUME (TIRAS/CENOURA) LEGUME REFOGADO(CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADO COM LEGUME (CUBOS/BRÓCOLIS) LEGUME REFOGADO (INHAME)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE FEIJÃO E LEGUMES (FILÉ/CENOURA/ABOBRINHA/BATATA)
KCAL TOTAL	637	618	622	648	646
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/12/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAÇÃ RASPADA	05/12/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MELÃO RASPADA	06/12/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2 FRUTA - MAMÃO AMASSADO	07/12/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	08/12/2023 LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2
DESJEJUM / COLAÇÃO	ARROZ FEIJÃO MACARRÃO COM CARNE E LEGUME (CUBOS/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA) LEGUME AMASSADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (CUBOS/BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO(CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE OU FRANGO AMASSADO (LEGUME)	ARROZ FEIJÃO CARNE OU FRANGO AMASSADO (LEGUME)
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 RASPADA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2
JANTAR	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO (FILÉ) LEGUME REFOGADO (BATATA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (CUBOS/TOMATE/CEBOLA) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (FILÉ/TOMATE/CEBOLA) LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE OU FRANGO AMASSADO (LEGUME)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE OU FRANGO FEIJÃO (LEGUMES)
KCAL TOTAL	606	629	622	569	535

**2023**  
**DEZEMBRO**



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL FILANTRÓPICO**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME	MACARRÃO COM CARNE E LEGUME	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) <b>NAN 2</b>
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE OU FRANGO	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE OU FRANGO	CANJA	MACARRÃO COM CARNE E LEGUME
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>537</b>	<b>525</b>	<b>553</b>	<b>496</b>	<b>520</b>

**2023**  
**DEZEMBRO**



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL FILANTRÓPICO**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	18/12/2023	19/12/2023	20/11/2023	21/12/2023	22/12/2023
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
ALMOÇO	MACARRÃO COM E CARNE	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME AMASSADO	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME AMASSADO	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	LEITE (FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO) NAN 2	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
JANTAR	ARROZ FEIJÃO CARNE COM CARNE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
KCAL TOTAL	<b>514</b>	<b>532</b>	<b>496</b>		

# 2023 DEZEMBRO



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL EXECUTADO (CB)**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 25/12/2023	TERÇA-FEIRA 26/12/2023	QUARTA-FEIRA 27/12/2023	QUINTA-FEIRA 28/12/2023	SEXTA-FEIRA 29/12/2023
<b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b>	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
<b>ALMOÇO</b>	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
<b>LANCHE DA TARDE</b>	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
<b>JANTAR</b>	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR	FÉRIAS ESCOLAR
<b>KCAL TOTAL</b>					

\*\* Desenho feito pelos alunos do 5º Ano da E.M. Luiz Marques Castelo

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 Kawahara 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; excepcionidades 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.
- \* A temperatura das bebidas deverá estar de acordo com a - INSTRUÇÃO NORMATIVA Nº 002/2023 – Instruir os Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs) sobre os preparos de fórmula infantil no Lactário.

#### VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE DEZEMBRO 2023

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	7.282	560
PROT. (g)	264	20
LIPÍDEOS (g)	241	19
SAT. (g)	91	7
CARB. (g)	1.012	78
FIBRA (g)	83	6
CÁLCIO (mg)	4.594	353
MAGNÉSIO (mg)	1.114	86
FERRO (mg)	83	6
ZINCO (mg)	59	5
RETINOL (mcg)	4.047	311
VIT. C (mg)	780	60
SÓDIO (mg)	3.769	290
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  
DEZEMBRO



PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA DE LONDRINA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO BERÇÁRIO INTEGRAL EXECUTADO (CB)**



**VALOR NUTRICIONAL SEMANAL**

SEMANA DE 27/11/2023 A 01/12/2023			SEMANA DE 04/12/2023 A 08/12/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.526	505	E. (KCAL)	2.960	592
PROT. (g)	88	18	PROT. (g)	102	20
LÍPÍDEOS (g)	81	16	LÍPÍDEOS (g)	97	19
SAT. (g)	29	6	SAT. (g)	36	7
CARB. (g)	369	74	CARB. (g)	421	140
FIBRA (g)	38	8	FIBRA (g)	38	8
CÁLCIO (mg)	1552	310	CÁLCIO (mg)	1814	363
MAGNÉSIO (mg)	478	96	MAGNÉSIO (mg)	487	97
FERRO (mg)	29	6	FERRO (mg)	34	7
ZINCO (mg)	20	4	ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	1260	252	RETINOL (mcg)	1569	314
VIT. C (mg)	416	83	VIT. C (mg)	370	74
SÓDIO (mg)	1257	251	SÓDIO (mg)	1652	330
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

  

SEMANA DE 11/12/2023 A 15/12/2023			SEMANA DE 18/12/2023 A 19/12/2023		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.630	526	E. (KCAL)	1.045	523
PROT. (g)	100	20	PROT. (g)	37	18
LÍPÍDEOS (g)	87	17	LÍPÍDEOS (g)	36	1
SAT. (g)	34	7	SAT. (g)	14	7
CARB. (g)	356	71	CARB. (g)	141	70
FIBRA (g)	25	5	FIBRA (g)	10	5
CÁLCIO (mg)	1718	344	CÁLCIO (mg)	683	342
MAGNÉSIO (mg)	366	73	MAGNÉSIO (mg)	140	70
FERRO (mg)	30	6	FERRO (mg)	12	6
ZINCO (mg)	22	4	ZINCO (mg)	9	4
RETINOL (mcg)	1550	310	RETINOL (mcg)	618	309
VIT. C (mg)	257	51	VIT. C (mg)	95	48
SÓDIO (mg)	1354	271	SÓDIO (mg)	539	270
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)		0
PROT. (g)		0
LÍPÍDEOS (g)		0
SAT. (g)		0
CARB. (g)		0
FIBRA (g)		0
CÁLCIO (mg)		0
MAGNÉSIO (mg)		0
FERRO (mg)		0
ZINCO (mg)		0
RETINOL (mcg)		0
VIT. C (mg)		0
SÓDIO (mg)		0
GORD. TRANS (g)		0