


FEVEREIRO 2024



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				DATA: 01/02/2024	DATA: 02/02/2024
PRINCIPAL				PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
KCAL TOTAL				0	0
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 05/02/2024	DATA: 06/02/2024	DATA: 07/02/2024	DATA: 08/02/2024	DATA: 09/02/2024
PRINCIPAL	MACARRÃO COM SALSICHA (EXTRATO/SALSICHA) SALADA CRUA (REPOLHO) FRUTA - BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS) FAROFA DE LEGUMES (CENOURA/F. MILHO)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM PRESUNTO E QUEIJO (TOMATE) LEGUME REFOGADO (ACELGA/CENOURA)	MACARRÃO COM CARNE MOIDA (COLORAU/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO) SALADA CRUA (ALFACE) SALADA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ/MAMÃO)	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM MILHO (FILÉ/MILHO) LEGUME REFOGADO OU ASSADO (BETERRABA) FRUTA - MELÃO
KCAL TOTAL	334	382	364	271	324
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 12/02/2024	DATA: 13/02/2024	DATA: 14/02/2024	DATA: 15/02/2024	DATA: 16/02/2024
	RECESSO	FERIADO	RECESSO	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (CENOURA)	MACARRÃO A BOLONHESA (EXTRATO/MOÍDA)
KCAL TOTAL	0	0	0	266	221

FEVEREIRO 2024



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 19/02/2024	TERÇA-FEIRA DATA: 20/02/2024	QUARTA-FEIRA DATA: 21/02/2024	QUINTA-FEIRA DATA: 22/02/2024	SEXTA-FEIRA DATA: 23/02/2024
PRINCIPAL	ARROZ COLORIDO (CENOURA/ERVILHA) FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA (TIRAS) LEGUME REFOGADO (MANDIOCA)	MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/FILÉ) LEGUMES REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO (CUBOS COM MOLHO/EXTRATO) POLENTA FIRME (DE CORTE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO - PODE SER ASSADO OU DE PANELA (SOBREC) SALADA CRUA (COUVE- MANTEIGA/TOMATE) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (BATATA/TIRAS) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - BANANA BOLO CHOCOLATE
KCAL TOTAL	386	278	329	319	564
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 26/02/2024	TERÇA-FEIRA DATA: 27/02/2024	QUARTA-FEIRA DATA: 28/02/2024	QUINTA-FEIRA DATA: 29/02/2024	SEXTA-FEIRA DATA: 01/03/2024
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ACELGA/CENOURA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (CENOURA/TOMATE/TIRAS) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ COM CENOURA CARNE MOÍDA COM LEGUMES (COLORAU/CARNE MOÍDA/BATATA) PODE SER DE PANELA OU TORTA MADALENA LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO) FRUTA - LARANJA	MACARRÃO COM CARNE AO MOLHO (EXTRATO/TOMATE/CARNE CUBOS) LEGUME REFOGADO (CENOURA/COUVE FLOR) SALADA CRUA (ALFACE) SALADA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ)	PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
KCAL TOTAL	334	268	282	286	

HORÁRIO DO SERVIMENTO

DESJEJUM	15' antes das atividades pedagógicas
PRINCIPAL MANHÃ	2h após o início das atividades pedagógicas
LANCHE DATARDE	15' antes das atividades pedagógicas
PRINCIPAL TARDE	2h após o início das atividades pedagógicas

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

OBSERVAÇÕES:

- * As FRUTAS que sobremem do Desjejum e Colação 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 FEVEREIRO 2024

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	5.210	326
PROT. (g)	246	15
LÍPIDEOS (g)	126	8
SAT. (g)	38	2
CARB. (g)	778	49
FIBRA (g)	72	4
CÁLCIO (mg)	834	52
MAGNÉSIO (mg)	845	53
FERRO (mg)	33	2
ZINCO (mg)	28	2
RETINOL (mcg)	356	22
VIT. C (mg)	270	17
SÓDIO (mg)	5.628	352
GORD. TRANS (g)	0	0



FEVEREIRO 2024



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 05/02/2024 A 09/02/2024			SEMANA DE 12/02/2024 A 16/02/2024		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.676	335	E. (KCAL)	607	303
PROT. (g)	84	17	PROT. (g)	28	14
PROT. (%) - 10% A 15% VET	20	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	9
LÍPÍDEOS (g)	40	8	LÍPÍDEOS (g)	15	7
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	22	4	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	22	11
SAT. (g)	13	3	SAT. (g)	6	3
CARB. (g)	247	49	CARB. (g)	89	45
CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	29
FIBRA (g)	23	5	FIBRA (g)	7	3
CÁLCIO (mg)	395	79	CÁLCIO (mg)	59	29
MAGNÉSIO (mg)	267	53	MAGNÉSIO (mg)	94	47
FERRO (mg)	11	2	FERRO (mg)	3	2
ZINCO (mg)	9	2	ZINCO (mg)	3	2
RETINOL (mcg)	93	19	RETINOL (mcg)	32	16
VIT. C (mg)	87	17	VIT. C (mg)	17	8
SÓDIO (mg)	1943	389	SÓDIO (mg)	472	236
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 19/02/2024 A 23/02/2024			SEMANA DE 26/02/2024 A 01/03/2024		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.756	82	E. (KCAL)	1.171	8
PROT. (g)	80	16	PROT. (g)	551	110
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	188	38
LÍPÍDEOS (g)	42	8	LÍPÍDEOS (g)	29	6
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	21	4	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	5
SAT. (g)	10	2	SAT. (g)	8	2
CARB. (g)	267	53	CARB. (g)	174	35
CARB. (%) - 55% A 65% VET	61	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12
FIBRA (g)	25	5	FIBRA (g)	17	3
CÁLCIO (mg)	210	42	CÁLCIO (mg)	170	34
MAGNÉSIO (mg)	307	61	MAGNÉSIO (mg)	177	35
FERRO (mg)	12	2	FERRO (mg)	8	2
ZINCO (mg)	9	2	ZINCO (mg)	7	1
RETINOL (mcg)	183	37	RETINOL (mcg)	48	10
VIT. C (mg)	55	11	VIT. C (mg)	110	22
SÓDIO (mg)	1766	353	SÓDIO (mg)	1446	289
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0