

# FEVEREIRO 2025



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: 03/02/2025	DATA: 04/02/2025	DATA: 05/02/2025	DATA: 06/02/2025	DATA: 07/02/2025
<b>PRINCIPAL</b>	MACARRÃO À BOLONHESA (MOIDA/COLORAU) LEGUMES REFOGADO (CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRITADA AMERICANA (OVOS/TOMATE/CEBOLA/QUEIJO/PRESUNTO) SALADA COZIDA (BETERRADA) FRUTA - LARANJA	ARROZ COM CENOURA CARNE DE PANELA (CUBOS) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) MOUSSE DE GELATINA COM LEITE EM PÓ	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (COLORAU/MOÍDA) PURE DE BATATAS (BATATA) SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA (TIRAS/CEBOLA) FAROFÁ DE LEGUMES (CENOURA/VAGEM/F.MANDIÓCA) SALADA CRUA (TOMATE/PEPINO) FRUTA - MELÃO
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>321</b>	<b>366</b>	<b>344</b>	<b>361</b>	<b>383</b>
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 10/02/2025	DATA: 11/02/2025	DATA: 12/02/2025	DATA: 13/02/2025	DATA: 14/02/2025
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ PICADINHO DE CARNE (CUBOS/TOMATE/CEBOLA/COLORAU) BATATA RUSTICA (BATATA) SALADA CRUA (TOMATE)	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (CUBOS/COLORAU/ABOBRINHA/CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO) FRUTA - LARANJA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO COM OVOS (OVOS/FARFALHA/MANDIOCA) CARNE SUÍNA REFOGADA COM TOMATE (MOÍDA SUÍNA/TOMATE) LEGUME REFOGADO (CHUCHU) SALADA CRUA (PEPINO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (OVOS/CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO) SALADA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA/MAMÃO)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA DESFIADA (CUBOS/TOMATE) LEGUME REFOGADO (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>227</b>	<b>282</b>	<b>337</b>	<b>315</b>	<b>354</b>
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 17/02/2025	DATA: 18/02/2025	DATA: 19/02/2025	DATA: 20/02/2024	DATA: 21/02/2025
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES (TOMATE/CHUCHU) LEGUME REFOGADO (ABOBORA/CABOTIA)	ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES (MOÍDA/BATATA DOCE) LEGUME REFOGADO (REPOLHO) FRUTA - LARANJA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA (COLORAU/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA (PEPINO/TOMATE) FRUTA - MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (CUBOS/CENOURA/VAGEM) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA REFOGADA (TOMATE/TIRAS) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - MAÇÃ/MAMÃO
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>306</b>	<b>270</b>	<b>277</b>	<b>270</b>	<b>252</b>

# FEVEREIRO 2025



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

## CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 24/02/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 25/02/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 26/02/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 27/02/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 28/02/2025
<b>PRINCIPAL</b>	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/CUBOS/VAGEM)  LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)  FRUTA - MAÇÃ	ARROZ  FEIJÃO  CARNE ACEBOLADA (TIRAS SUÍNA/CEBOLA/TOMATE) BATATA RUSTICA (BATATA) SALADA CRUA (PEPINO)	ARROZ COLORIDO (CENOURA E VAGEM)  FEIJÃO  OMELETE COM LEGUME (ESPINAFRE) FRUTA - LARANJA	ARROZ  CARNE EM MOÍDA REFOGADA (MOÍDA)  LEGUME REFOGADO (BETERRABA)  SALADA CRUA (ALFACE) SALADA DE FRUTAS (BANANA/LARANJA/MAÇÃ)	BURACO QUENTE (PÃO LEITE/ CARNE MOÍDA/CENOURA)  E SE NECESSÁRIO COMPLEMENTAR  MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (MOÍDA/CENOURA)
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>316</b>	<b>293</b>	<b>314</b>	<b>276</b>	<b>381</b>

HORARIO 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	 Mirtz A. Nakamura Kuvafara Nutricionista CRN-8/1212	 Renata Perucelo Romero Nutricionista CRN8/2451
---	--	--	---

### OBSERVAÇÕES:

- \* As FRUTAS que sobram 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; excepcionais 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 p or 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 2025		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	6.243	312
PROT. (g)	289	14
LIPÍDEOS (g)	169	8
SAT. (g)	45	2
CARB. (g)	900	45
FIBRA (g)	81	4
CÁLCIO (mg)	1.279	64
MAGNÉSIO (mg)	959	48
FERRO (mg)	39	2
ZINCO (mg)	35	2
RETINOL (mcg)	475	24
VIT. C (mg)	496	25
SÓDIO (mg)	7.595	380
GORD. TRANS (g)	0	0



# FEVEREIRO 2025



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

## CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO



### VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 03/02/2025 A 07/02/2025			SEMANA DE 10/02/2025 A 14/02/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.775	355	E. (KCAL)	1.514	303
PROT. (g)	84	17	PROT. (g)	70	14
PROT. (%) - 10% A 15% VET	19	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	4
LIPÍDEOS (g)	51	10	LIPÍDEOS (g)	38	8
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	26	5	LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	22	4
SAT. (g)	13	3	SAT. (g)	11	2
CARB. (g)	247	49	CARB. (g)	227	45
CARB. (%) - 55% A 65% VET	56	11	CARB. (%) - 55% A 65% VET	60	12
FIBRA (g)	22	4	FIBRA (g)	22	4
CÁLCIO (mg)	643	129	CÁLCIO (mg)	213	43
MAGNÉSIO (mg)	279	56	MAGNÉSIO (mg)	261	52
FERRO (mg)	10	2	FERRO (mg)	10	2
ZINCO (mg)	10	2	ZINCO (mg)	8	2
RETINOL (mcg)	189	38	RETINOL (mcg)	59	12
VIT. C (mg)	131	26	VIT. C (mg)	128	26
SÓDIO (mg)	2099	420	SÓDIO (mg)	1882	376
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

  

SEMANA DE 17/02/2025 A 21/02/2025			SEMANA DE 24/02/2025 A 28/02/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.375	275	E. (KCAL)	1.579	316
PROT. (g)	66	13	PROT. (g)	69	14
PROT. (%) - 10% A 15% VET	19	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LIPÍDEOS (g)	38	8	LIPÍDEOS (g)	42	8
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	5	LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	24	5
SAT. (g)	11	2	SAT. (g)	12	2
CARB. (g)	192	38	CARB. (g)	235	47
CARB. (%) - 55% A 65% VET	56	11	CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12
FIBRA (g)	17	3	FIBRA (g)	20	4
CÁLCIO (mg)	197	39	CÁLCIO (mg)	226	45
MAGNÉSIO (mg)	198	40	MAGNÉSIO (mg)	221	44
FERRO (mg)	8	2	FERRO (mg)	10	2
ZINCO (mg)	8	2	ZINCO (mg)	8	2
RETINOL (mcg)	48	10	RETINOL (mcg)	179	36
VIT. C (mg)	124	25	VIT. C (mg)	114	23
SÓDIO (mg)	1826	365	SÓDIO (mg)	1789	358
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0