

MAIO 2025



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

CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - EXECUTADO

FAIXA ETÁRIA - 4 A 11 ANOS



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				DATA: 01/05/2025	DATA: 02/05/2025
DESJEJUM				FERIADO	RECESSO
COLAÇÃO				FERIADO	RECESSO
ALMOÇO				FERIADO	RECESSO
JANTAR				FERIADO	RECESSO
KCAL TOTAL					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 05/05/2025	DATA: 06/05/2025	DATA: 07/05/2025	DATA: 08/05/2025	DATA: 09/05/2025
DESJEJUM	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MELÃO) FRUTA - MAMÃO	CHÁ GELADO BISCOITO PÃO DE MEL	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ) FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO	FRUTA - MAÇÃ	FRUTA - MELÃO	FRUTA - MAMÃO	FRUTA - MAÇÃ	FRUTA - BANANA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA/CENOURA) SALADA COZIDA (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA COM TOMATE (MOÍDA SUÍNA/TOMATE) SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA) FRUTA - LARANJA	ARROZ POLENTA DE FORMA A BOLONHESA (MOÍDA/TOMATE/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE) SALADA CRUA (TOMATE)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA COM OVOS COZIDOS PICADINHOS (MOÍDA/OVOS) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)
JANTAR	ARROZ COM CENOURA CARNE DE MOÍDA COM LEGUME (MOÍDA/INHAME) SALADA CRUA (PEPINO)	ARROZ FEIJÃO CARNE REFOGADA COM LEGUMES (TIRAS/TOMATE) PURÊ DE BATATAS (BATATA) SALADA CRUA (ALMEIRÃO)	MACARRÃO COM CARNE E MILHO (COLORAU/TIRAS/MILHO) LEGUME REFOGADO (BERINJELA) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE (TIRAS/COLORAU) BATATA RÚSTICA (BATATA) SALADA CRUA (ALFACE) ARROZ DOCE COM LEITE EM PÓ	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (CENOURA/BROCOLIS/CUBOS) SALADA CRUA (REPOLHO) FRUTA - MAÇÃ
KCAL TOTAL	780	793	803	980	886
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 12/05/2025	DATA: 13/05/2025	DATA: 14/05/2025	DATA: 15/05/2025	DATA: 16/05/2025
DESJEJUM	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE BATIDO COM POLPA BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO) PÃO DE FORMA COM MUSSARELA
COLAÇÃO	FRUTA - MAMÃO COM LARANJA	FRUTA - MELÃO	FRUTA - MAÇÃ	SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAMÃO/MAÇÃ)	FRUTA - BANANA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE COM LEGUME (TIRAS/INHAME/COLORAU) LEGUME ASSADO (ABÓBORA CABOTIÁ) SALADA CRUA (ALMEIRÃO/TOMATE) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATAS COM RAGÚ DE CARNE (BATATAS/TOMATE/COLORAU/CUBOS) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CREME DE MILHO (MOÍDA/MILHO) LEGUME REFOGADO (CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO PRETO VACA ATOLADA (CUBOS/MANDIOCA) LEGUME REFOGADO (COUVE-MANTEIGA)	ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA (MOÍDA/COLORAU/TOMATE) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (ALFACE)
JANTAR	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE DE PANELA (TIRAS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BROCOLIS/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	MACARRÃO A BOLONHESA (COLORAU/TOMATE/MOÍDA/CENOURA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (ACELGA)	SANDUICHE DE CARNE (TOMATE/REQUEIJÃO/CENOURA/MOÍDA/ALFACE) SUCO DE POLPA MACARRÃO COM FRANGO	ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA (CUBOS/ABOBRINHA/REQUEIJÃO) LEGUMES REFOGADO (ABOBRORA CABOTIÁ)
KCAL TOTAL	781	798	804	729	841

MAIO 2025



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

CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - EXECUTADO

FAIXA ETÁRIA - 4 A 11 ANOS



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 19/05/2025	DATA: 20/05/2025	DATA: 21/05/2025	DATA: 22/05/2025	DATA: 23/05/2025
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE FORMA COM MUSSARELA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAMÃO	CHÁ BISCOITO PÃO DE MEL	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
COLAÇÃO	FRUTA - MELÃO	FRUTA - MAÇÃ	FRUTA - MAMÃO COM LARANJA	FRUTA - BANANA	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE CARNE (MOÍDA/TOMATE) LEGUME REFOGADO (CENOURA) SALADA CRUA (ALMEIRÃO)	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA (CUBOS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE)	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU) BATATA RUSTICA (BATATA/OREGANO) SALADA COZIDA (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (COLORAU/CARNE MOÍDA/FEIJÃO) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE)	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
JANTAR	MACARRÃO CHINÊS COM CARNE (TIRAS/REPOLHO/COUVE-FLOR/COLORAU/BROCOLIS) SALADA CRUA (ACELGA) SALADA DE FRUTA (MAÇÃ/LARANJA/MELÃO)	ARROZ CARNE MOÍDA COM CREME DE ABÓBORA CABOTIÁ (MOÍDA/CABOTIÁ/TOMATE) SALADA CRUA (PEPINO)	ARROZ DE FORNO COM CARNE E OVOS (TIRAS/ABOBRINHA/CENOURA/MUSSARELA) LEGUMES REFOGADO (INHAME) SALADA CRUA (PEPINO)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (CUBOS/ MANDIOCA) SALADA CRUA (REPOLHO)	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
KCAL TOTAL	953	686	768	853	0
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 26/05/2025	DATA: 27/05/2025	DATA: 28/05/2025	DATA: 29/05/2025	DATA: 30/05/2025
DESJEJUM	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/ABACATE) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	FLOCOS COM LEITE	CHÁ BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) PÃO DE FORMA COM PRESUNTO
COLAÇÃO	FRUTA - MELÃO	FRUTA - MAÇÃ	FRUTA - MAMÃO COM FLOCOS	FRUTA - MELÃO	FRUTA - BANANA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA SUÍNA COM LEGUMES (MOÍDA SUÍNA/CENOURA/VAGEM/INHAME) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (OVOS/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO VACA ATOLADA (CUBOS/MANDIOCA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (COUVE-MANTEIGA)	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (CUBOS/TOMATE/CEBOLA/COLORAU) BATATA RUSTICA (BATATA) SALADA CRUA (TOMATE/PEPINO)	ARROZ FEIJOADA (CUBOS) FAROFA DE LEGUME (REPOLHO/CENOURA/F.MILHO) SALADA CRUA (ACELGA/CENOURA) FRUTA - LARANJA
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (CUBOS/COLORAU/ABOBRINHA/CENOURA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA) LEGUME REFOGADO (BERINJELA) SALADA COZIDA (BETERRABA)	ARROZ POLENTA A BOLONHESA (MOÍDA/TOMATE/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (ALMEIRÃO) SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAÇÃ/MAMÃO)	MACARRÃO À PARISIENSE (MOLHO BRANCO/PRESUNTO/ERVILHA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA) SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ COM LEGUMES (BROCOLIS/MILHO) CARNE COM LEGUMES (CUBOS/ABÓ-CABOTIÁ) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)
KCAL TOTAL	828	785	922	666	855

MAIO 2025



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

CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - EXECUTADO

FAIXA ETÁRIA - 4 A 11 ANOS



HORÁRIO DO SERVIMENTO

DESJEJUM	7H50
COLAÇÃO	10H00
PRINCIPAL MANHÃ	12H00
PRINCIPAL TARDE	15H20

Marieli Christini Apostolito de Aguiar
Gerente de Alimentação Escolar

Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN6/231

Miriz A. Nakamura Kuwafara
Nutricionista CRN-8/1232

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

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE MAIO 2025

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	15.511	816
PROT. (g)	638	34
LIPÍDEOS (g)	402	21
SAT. (g)	115	6
CARB. (g)	2.340	123
FIBRA (g)	191	10
CÁLCIO (mg)	4.884	257
MAGNÉSIO (mg)	2.356	124
FERRO (mg)	84	4
ZINCO (mg)	82	4
RETINOL (mcg)	1.647	87
VIT. C (mg)	1.367	72
SÓDIO (mg)	16.431	865
GORD. TRANS (g)	0	0



MAIO 2025



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

CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - EXECUTADO

FAIXA ETÁRIA - 4 A 11 ANOS



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 05/05/2025 A 09/05/2025			SEMANA DE 12/05/2025 A 16/05/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	4.242	848	E. (KCAL)	3.953	791
PROT. (g)	176	35	PROT. (g)	170	34
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3	PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LÍPÍDEOS (g)	111	22	LÍPÍDEOS (g)	4	1
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	5	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	1	0
SAT. (g)	32	6	SAT. (g)	29	6
CARB. (g)	649	130	CARB. (g)	585	117
CARB. (%) - 55% A 65% VET	61	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12
FIBRA (g)	52	10	FIBRA (g)	50	10
CÁLCIO (mg)	1195	239	CÁLCIO (mg)	1517	303
MAGNÉSIO (mg)	650	130	MAGNÉSIO (mg)	613	123
FERRO (mg)	22	4	FERRO (mg)	21	4
ZINCO (mg)	22	4	ZINCO (mg)	20	4
RETINOL (mcg)	447	89	RETINOL (mcg)	438	88
VIT. C (mg)	353	71	VIT. C (mg)	395	79
SÓDIO (mg)	4248	850	SÓDIO (mg)	4312	862
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 19/05/2025 A 23/05/2025			SEMANA DE 26/05/2025 A 30/05/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.261	815	E. (KCAL)	4.056	811
PROT. (g)	132	33	PROT. (g)	161	32
PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	3
LÍPÍDEOS (g)	85	21	LÍPÍDEOS (g)	102	20
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	24	6	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	5
SAT. (g)	27	7	SAT. (g)	28	6
CARB. (g)	469	117	CARB. (g)	637	127
CARB. (%) - 55% A 65% VET	58	14	CARB. (%) - 55% A 65% VET	63	13
FIBRA (g)	36	9	FIBRA (g)	54	11
CÁLCIO (mg)	1132	283	CÁLCIO (mg)	10.991	#VALOR!
MAGNÉSIO (mg)	475	119	MAGNÉSIO (mg)	618	124
FERRO (mg)	17	4	FERRO (mg)	23	5
ZINCO (mg)	17	4	ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	424	106	RETINOL (mcg)	338	68
VIT. C (mg)	271	68	VIT. C (mg)	348	70
SÓDIO (mg)	3403	851	SÓDIO (mg)	4467	893
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

DIETA ESPECIAL

ALERGIA AO LEITE DE VACA	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
LEITE	LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
ACHOCOLATADO (C/ LEITE)	ACHOCOLATADO DIET <u>SEM</u> LEITE (APTI)
BOLACHA/BISCOITO (C/ LEITE) E BISCOITO DE POLVILHO	BOLACHA/BISCOITO <u>SEM</u> LEITE (PICCININI/RENATA) <u>OU</u> BOLACHA PÃO DE MEL
PÃO COM MANTEIGA	PÃO <u>SEM</u> LEITE C/ OVOS <u>OU</u> C/ GELEIA
PÃO COM REQUEIJÃO	PÃO <u>SEM</u> LEITE C/ OVOS <u>OU</u> C/ GELEIA
PÃO COM QUEIJO	PÃO <u>SEM</u> LEITE C/ OVOS <u>OU</u> C/ GELEIA
SANDUÍCHE DE CARNE	SANDUÍCHE COM PÃO <u>SEM</u> LEITE, MOÍDA, TOMATE, CENOURA E ALFACE
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
ESTROGONOFE DE CARNE	ESTROGONOFE DE CARNE COM LEITE DE SOJA <u>OU</u> CARNE REFOGADA
ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA E OVOS	ARROZ COM CARNE DESFIADA E OVOS
PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA <u>SEM</u> LEITE
CARNE MOÍDA COM CREME DE ABÓBORA CABOTIÁ	CARNE MOÍDA COM ABÓBORA CABOTIÁ
MACARRÃO À PARISIENSE	MACARRÃO COM PRESUNTO E ERVILHA
ARROZ DOCE COM LEITE EM PÓ	ARROZ DOCE COM LEITE DE SOJA

ALERGIA OVO	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
BISCOITO DE POLVILHO	BISCOITO ÁGUA E SAL (PICCININI/RENATA)
PÃO COM OVOS	PÃO SEM OVO C/ QUEIJO, REQUEIJÃO, MANTEIGA <u>OU</u> CARNE
MACARRÃO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO)
MACARRÃO À PARISIENSE	MACARRÃO SEM OVOS À PARISIENSE
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA
OOS MEXIDOS C/ LEGUME	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA COM LEGUME
CARNE MOÍDA REFOGADA COM OVOS COZIDOS PICADINHOS	CARNE MOÍDA REFOGADA
TUTU DE FEIJÃO C/ OVOS	TUTU DE FEIJÃO <u>SEM</u> OVOS
ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA E OVOS	ARROZ COM CARNE DESFIADA

INTOLERANCIA A LACTOSE	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
LEITE	MAIS)
ACHOCOLATADO (C/ LEITE/LACTOSE))	ACHOCOLATADO DIET <u>SEM</u> LACTOSE (APTI)
BOLACHA/BISCOITO (C/ LEITE/LACTOSE) E BISCOITO DE POLVILHO	BOLACHA/BISCOITO <u>SEM</u> LACTOSE (PICCININI/RENATA) <u>OU</u> BOLACHA PÃO DE MEL
PÃO COM MANTEIGA	PÃO <u>SEM</u> LEITE C/ OVOS <u>OU</u> C/ GELEIA
PÃO COM REQUEIJÃO	PÃO <u>SEM</u> LEITE C/ OVOS <u>OU</u> C/ GELEIA
PÃO COM QUEIJO	PÃO <u>SEM</u> LEITE C/ OVOS <u>OU</u> C/ GELEIA
SANDUÍCHE DE CARNE	SANDUÍCHE COM PÃO <u>SEM</u> LEITE, MOÍDA, TOMATE, CENOURA E ALFACE
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
ESTROGONOFE DE CARNE	ESTROGONOFE DE CARNE COM LEITE SEM LACTOSE <u>OU</u> LEITE DE SOJA <u>OU</u> CARNE REFOGADA
ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA E OVOS	ARROZ COM CARNE DESFIADA E OVOS
PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA <u>SEM</u> LEITE
CARNE MOÍDA COM CREME DE ABÓBORA CABOTIÁ	CARNE MOÍDA COM ABÓBORA CABOTIÁ
MACARRÃO À PARISIENSE	MACARRÃO COM PRESUNTO E ERVILHA
ARROZ DOCE COM LEITE EM PÓ	ARROZ DOCE COM LEITE SEM LACTOSE <u>OU</u> DE SOJA

DIABETES	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
ACHOCOLATADO	ACHOCOLATADO DIET (APTI)
VITAMINA DE FRUTA	VITAMINA DE FRUTA <u>SEM</u> AÇÚCAR
BOLACHA/BISCOITO DOCE (MAISENA/ROSQUINHA/AMANTEIGADA) / BOLACHA PÃO DE MEL	BISCOITO ÁGUA E SAL (PICCININI) <u>OU</u> BISCOITO POLVILHO (LOPES) <u>OU</u> BISCOITO INTEGRAL DIET (LOWÇÚCAR)
PÃO	PÃO INTEGRAL (ROMA)
FLOCOS AÇUCARADO E ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS <u>SEM</u> AÇÚCAR (ALCAFOODS)
ARROZ	ARROZ INTEGRAL (URBANO)
MACARRÃO	MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANI)
MACARRÃO À PARISIENSE	MACARRÃO SEM OVOS À PARISIENSE
ARROZ DOCE COM LEITE EM PÓ	ARROZ DOCE SEM AÇÚCAR (SUÇO DE MAÇÃ COM POLPA)
* O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO (PÃO, BISCOITO, ARROZ, MACARRÃO, FAROFA, POLENTA, BATATA, BATATA DOCE E/OU MANDIOCA DEVE SER MODERADO	