

# MAIO 2025



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

## CARDÁPIO FUNDAMENTAL PARCIAL - 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
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>				FERIADO	RECESSO
<b>PRINCIPAL</b>				FERIADO	RECESSO
<b>KCAL TOTAL</b>					
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
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/ABACATE) 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
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (REPOLHO)	MACARRÃO COM CARNE E MILHO (COLORAU/TIRAS/MILHO) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA COM TOMATE (MOÍDA SUÍNA/TOMATE) SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA) FRUTA - LARANJA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE (TIRAS/COLORAU) BATATA RÚSTICA (BATATA) SALADA CRUA (ALFACE) ARROZ DOCE COM LEITE EM PÓ	ARROZ FEIJÃO CARNE EM MOÍDA REFOGADA COM OVOS COZIDOS PICADINHOS (MOÍDA/OVOS) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)
<b>KCAL TOTAL</b>	514	456	495	629	494
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
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE BATIDO COM POLPA BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/ABACATE) PÃO DE FORMA COM MUSSARELA
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE COM LEGUME (TIRAS/INHAME/COLORAU) LEGUME ASSADO (ABÓBORA CABOTIÁ) SALADA CRUA (ALMEIRÃO/TOMATE) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA COM RAGÚ DE CARNE (BATATAS/TOMATE/COLORAU/CUBOS) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) FRUTA - MELÃO	MACARRÃO A BOLONHESA (COLORAU/TOMATE/MOÍDA/CENOURA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - LARANJA	SANDUICHE DE CARNE (TOMATE/REQUEIJÃO/CENOURA/MOÍDA/ALFACE) SUCO DE POLPA FRUTA - MELÃO MACARRÃO COM CARNE	ARROZ TUTU DE FEIJÃO COM OVOS (OVOS) CARNE SUÍNA REFOGADA (MOÍDA/COLORAU/TOMATE) LEGUME REFOGADO (MANDIOCA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA
<b>KCAL TOTAL</b>	530	505	500	473	685
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
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	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
<b>PRINCIPAL</b>	MACARRÃO CHINÊS COM CARNE (TIRAS/REPOLHO/COUVE-FLOR/COLORAU/BROCOLIS) SALADA CRUA (ACELGA) SALADA DE FRUTA (MAÇÃ/LARANJA/MELÃO)	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA (CUBOS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE)	ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA E OVOS (CUBOS/ABOBRINHA/CENOURA/MUSSARELA/OVOS) LEGUMES REFOGADO (ABOBORA CABOTIÁ) SALADA CRUA (PEPINO) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (COLORAU/CARNE MOÍDA/FEIJÃO) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
<b>KCAL TOTAL</b>	590	364	457	558	

# MAIO 2025



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

## CARDÁPIO FUNDAMENTAL PARCIAL - EXECUTADO

FAIXA ETÁRIA - 4 A 11 ANOS



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 26/05/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 27/05/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 28/05/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 29/05/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 30/05/2025
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/ABACATE) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	FLOCOS COM LEITE	CHÁ BISCOITO FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) PÃO DE FORMA COM PRESUNTO
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DE 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 (ALMEIRÃO) FRUTA - MELÃO	ARROZ POLENTA A BOLONHESA (MOÍDA/TOMATE/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (REPOLHO) SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAÇÃ/MAMÃO)	MACARRÃO À PARISIENSE (MOLHO BRANCO/PRESUNTO/ERVILHA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA/CENOURA) SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ FEIJOADA (CUBOS) FAROFA DE LEGUME (REPOLHO/CENOURA/F.MILHO) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) FRUTA - LARANJA
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>522</b>	<b>420</b>	<b>602</b>	<b>345</b>	<b>557</b>

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

 Marieli Cristina Juncos de Moraes Gerente de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRNB/231	 Miriz A. Nakamura Kawahara Nutricionista CRN-8/1222	 Renata Perucello Romero Nutricionista CRNB/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)	9.696	510
PROT. (g)	369	19
LÍPIDEOS (g)	263	14
SAT. (g)	73	4
CARB. (g)	1.462	77
FIBRA (g)	109	6
CÁLCIO (mg)	3.954	208
MAGNÉSIO (mg)	1.361	72
FERRO (mg)	47	2
ZINCO (mg)	46	2
RETINOL (mcg)	1.529	80
VIT. C (mg)	923	49
SÓDIO (mg)	9.870	519
GORD. TRANS (g)	0	0



# MAIO 2025



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

## CARDÁPIO FUNDAMENTAL PARCIAL - 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)	2.587	517	E. (KCAL)	2.693	539
PROT. (g)	103	21	PROT. (g)	102	20
PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	3	PROT. (%) - 10% A 15% VET	15	3
LÍPÍDEOS (g)	75	15	LÍPÍDEOS (g)	67	13
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	26	5	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	22	4
SAT. (g)	20	4	SAT. (g)	17	3
CARB. (g)	381	76	CARB. (g)	420	84
CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	62	12
FIBRA (g)	28	6	FIBRA (g)	34	7
CÁLCIO (mg)	1006	201	CÁLCIO (mg)	1145	229
MAGNÉSIO (mg)	366	73	MAGNÉSIO (mg)	430	86
FERRO (mg)	13	3	FERRO (mg)	13	3
ZINCO (mg)	12	2	ZINCO (mg)	12	2
RETINOL (mcg)	405	81	RETINOL (mcg)	385	77
VIT. C (mg)	201	40	VIT. C (mg)	280	56
SÓDIO (mg)	2484	497	SÓDIO (mg)	2688	538
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	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)	1.969	492	E. (KCAL)	2.447	489
PROT. (g)	75	19	PROT. (g)	88	18
PROT. (%) - 10% A 15% VET	15	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	14	3
LÍPÍDEOS (g)	55	14	LÍPÍDEOS (g)	66	13
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	6	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	24	5
SAT. (g)	18	5	SAT. (g)	18	4
CARB. (g)	282	70	CARB. (g)	380	76
CARB. (%) - 55% A 65% VET	57	14	CARB. (%) - 55% A 65% VET	62	12
FIBRA (g)	18	5	FIBRA (g)	29	6
CÁLCIO (mg)	941	235	CÁLCIO (mg)	861	172
MAGNÉSIO (mg)	246	62	MAGNÉSIO (mg)	317	63
FERRO (mg)	9	2	FERRO (mg)	12	2
ZINCO (mg)	9	2	ZINCO (mg)	13	3
RETINOL (mcg)	383	96	RETINOL (mcg)	357	71
VIT. C (mg)	219	55	VIT. C (mg)	223	45
SÓDIO (mg)	1921	480	SÓDIO (mg)	2776	555
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 COM RAGÚ DE CARNE	PURÊ DE BATATA <u>SEM</u> LEITE COM RAGÚ DE CARNE
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 <u>OU</u> BOLACHA DE MAISENA <u>OU</u> BOLACHA ROSQUINHA (PICCININI) <u>OU</u> BOLACHA AMANTEIGADA (RENATA)
PÃO COM OVOS	PÃO SEM OVO C/ QUEIJO, REQUEIJÃO, MANTEIGA, CARNE <u>OU</u> C/ GELEIA
MACARRÃO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO)
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA
OOS MEXIDOS C/ LEGUME CARNE MOÍDA REFOGADA COM OVOS COZIDOS PICADINHOS	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA COM LEGUME
TUTU DE FEIJÃO C/ OVOS	TUTU DE FEIJÃO <u>SEM</u> OVOS
ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA E OVOS	ARROZ COM CARNE DESFIADA

INTOLERÂNCIA À LACTOSE	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
LEITE	LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY 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 COM RAGÚ DE CARNE	PURÊ DE BATATA <u>SEM</u> LEITE COM RAGÚ DE CARNE
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 (LOWÇUCAR)
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)
ARROZ DOCE COM LEITE EM PÓ	ARROZ DOCE SEM AÇÚCAR (SUÇO DE MAÇA COM POLPA)
* O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO (PÃO, BISCOITO, ARROZ, MACARRÃO, FAROFA, POLENATA, BATATA, BATATA DOCE E/OU MANDIOCA, DEVE SER MODERADO	