

# JUNHO 2025



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

## CARDÁPIO CEI INTEGRAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO

(C1, C2, C3, P4 e P5)



| REFEIÇÃO                  | SEGUNDA-FEIRA  | TERÇA-FEIRA   | QUARTA-FEIRA  | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  |
|---------------------------|--|---|---|---|--|
|                           | DATA: 02/06/2025   | DATA: 03/06/2025  | DATA: 04/06/2025  | DATA: 05/06/2025  | DATA: 06/06/2025   |
| <b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b> | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/MAMÃO)<br>FRUTA - MELÃO   | CHÁ CLARO OU LEITE COM FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ)<br>BISCOITO + FRUTA - MAMÃO   | MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS SEM AÇÚCAR (BANANA/MAMÃO)   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS   |
| <b>ALMOÇO</b>             | ARROZ<br>FEIJÃO PRETO<br>CARNE SUÍNA REFOGADA (TOMATE/MOÍDA)<br>LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE)<br>SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)                   | ARROZ<br>FEIJÃO<br>TORTA MADALENA DE CARNE (BATATA/MOÍDA)<br>LEGUME REFOGADO (ACELGA/CENOURA)   | ARROZ<br>FEIJÃO<br>OMELETE DE FORNO COM LEGUMES E OREGANO (CENOURA/ABOBRINHA)<br>SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE)<br>FRUTA - PONCÃ      | MACARRÃO COM CARNE MOIDA E LEGUMES (COLORAU/MOÍDA/CENOURA/BROCOLIS)<br>LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)<br>SALADA CRUA (ALFACE)<br>FRUTA - LARANJA | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE TIRAS REFOGADA (TIRAS)<br>FAROFA DE LEGUMES (COUVE-MANTEIGA/TOMATE)<br>SALADA CRUA (PEPINO)                           |
| <b>LANCHE DA TARDE</b>    | CHÁ CLARO OU LEITE COM FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ)<br>BISCOITO + FRUTA - MAÇÃ   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/MAMÃO)<br>FRUTA - MELÃO   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS  | MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS SEM AÇÚCAR (BANANA/MAMÃO)  |
| <b>JANTAR</b>             | ARROZ<br>FEIJÃO<br>OMELETE DE FORNO COM LEGUMES E OREGANO (CENOURA/ABOBRINHA)<br>SALADA CRUA (BETERRABA RALADA)                                | MACARRÃO COM CARNE MOIDA E LEGUMES (COLORAU/MOÍDA/CENOURA/BROCOLIS)<br>LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)<br>SALADA CRUA (ACELGA)<br>FRUTA - LARANJA | ARROZ<br>FEIJÃO PRETO<br>CARNE DE PANELA COM LEGUME (CENOURA/CUBOS)<br>LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE)<br>SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE) | ARROZ<br>ESCONDIDINHO DE CARNE COM CREME DE MILHO (MOÍDA/TOMATE)<br>LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE)<br>FRUTA - BANANA                             | ARROZ<br>POLENTA CREMOSA<br>CARNE DE PANELA (COLORAU/TIRAS)<br>LEGUME REFOGADO (BETERRABA/VAGEM)<br>SALADA CRUA (ALFACE)<br>FRUTA (MAÇÃ)       |
| <b>KCAL TOTAL</b>         | 751  | 828   | 571   | 894   | 900  |
| REFEIÇÃO                  | SEGUNDA-FEIRA  | TERÇA-FEIRA   | QUARTA-FEIRA  | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  |
|                           | DATA: 09/06/2025   | DATA: 10/06/2025  | DATA: 11/06/2025  | DATA: 12/06/2025  | DATA: 13/06/2025   |
| <b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b> | CHÁ CLARO OU LEITE<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>FRUTA - MELÃO  | LEITE CREMOSO<br>BISCOITO + FRUTA - MAMÃO   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>FRUTA - MAÇÃ   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS   |
| <b>ALMOÇO</b>             | ARROZ<br>FEIJÃO<br>VACA ATOLADA (CUBOS/MANDIOCA/TOMATE)<br>LEGUME REFOGADO (ALMEIRÃO)<br>FRUTA - LARANJA                                       | ARROZ<br>FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM LEGUMES RALADOS (OVOS/CENOURA/ABOBRINHA)<br>SALADA CRUA (REPOLHO COM MAÇÃ)                                | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE AO MOLHO (CUBOS/COLORAU)<br>FAROFA FRIA (CENOURA/REPOLHO/FARINHA/TOMATE)<br>SALADA CRUA (ACELGA)           | MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/TIRAS/BROCOLIS)<br>LEGUMES REFOGADO (BETERRABA)<br>FRUTA - LARANJA                     | ARROZ CHINÊS (OVO/CENOURA)<br>FEIJÃO<br>CARNE SUÍNA ACEBOLADA (MOÍDA/CEBOLA/CHEIRO VERDE)<br>LEGUME REFOGADO (REPOLHO)<br>SALADA CRUA (PEPINO) |
| <b>LANCHE DA TARDE</b>    | LEITE CREMOSO<br>BISCOITO + FRUTA - MAMÃO  | CHÁ CLARO OU LEITE<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>FRUTA - MELÃO  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>FRUTA - MAÇÃ  |
| <b>JANTAR</b>             | ARROZ CHINÊS (OVO/CENOURA)<br>FEIJÃO<br>CARNE TIRAS ACEBOLADA (TIRAS/CEBOLA/CHEIRO VERDE)<br>LEGUME REFOGADO (REPOLHO)<br>SALADA CRUA (PEPINO) | MACARRÃO COM CARNE LEGUMES (CENOURA/COLORAU/TIRAS/BROCOLIS)<br>LEGUMES REFOGADO (BETERRABA)<br>FRUTA - PONCÃ                                  | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE EM TIRAS REFOGADA (TIRAS)<br>PURÊ DE LEGUME (BATATA)   | ARROZ<br>FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM LEGUMES RALADOS (OVOS/CENOURA/ABOBRINHA)<br>SALADA CRUA (REPOLHO COM MAÇÃ)                                | ARROZ<br>POLENTA RECHEADA COM CARNE MOÍDA (MOÍDA/TOMATE/CENOURA)<br>SALADA CRUA (ALFACE)<br>FRUTA - MELÃO                                      |
| <b>KCAL TOTAL</b>         | 891  | 699   | 869   | 786   | 879  |

# JUNHO 2025



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

## CARDÁPIO CEI INTEGRAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO

(C1, C2, C3, P4 e P5)



| REFEIÇÃO                  | DATA: 16/06/2025  | DATA: 17/06/2025  | DATA: 18/06/2025  | DATA: 19/06/2025   | DATA: 20/06/2025                       |
|---------------------------|---|---|---|--|--|
| <b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b> | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ)<br>BISCOITO + FRUTA - MELÃO  | MINGAU DE LEITE EM PÓ COM FLOCOS SEM AÇÚCAR E FRUTAS (MAMÃO/MAÇÃ)   | FERIADO  | RECESSO                                |
| <b>ALMOÇO</b>             | ARROZ<br>FEIJÃO PRETO<br>OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (ABOBRINHA/TOMATE/CENOURA)<br>PURÊ DE LEGUME (ABOBORA CABOTIA)<br>SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE) | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE DE PANELA COM LEGUMES (CUBOS/CEBOLA/BATATA DOCE)<br>SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)                            | ARROZ<br>FEIJÃO<br>ESTROGONOFFE DE CARNE (TIRAS/TOMATE)<br>BATATA RÚSTICA (BATATA)<br>SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA)                   | FERIADO  | RECESSO                                |
| <b>LANCHE DA TARDE</b>    | MINGAU DE LEITE EM PÓ COM FLOCOS SEM AÇÚCAR E FRUTAS (MAMÃO/MAÇÃ)   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ)<br>BISCOITO + FRUTA - MELÃO  | FERIADO  | RECESSO                                |
| <b>JANTAR</b>             | ARROZ<br>VIRADO DE FEIJÃO (FAR. MAND)<br>CARNE SUÍNA REFOGADA COM LEGUME<br>LEGUME ASSADO (BERINJELA)<br>FRUTA - MAÇÃ                               | MACARRÃO A BOLONHESA (COLORAU/MOÍDA)<br>LEGUME REFOGADO (CHICORIA)<br>FRUTA - PONCÃ   | ARROZ CARRETEIRO (CUBOS/TOMATE)<br>LEGUME REFOGADO (ABO. CABOTIÁ)<br>SALADA CRUA (ACELGA COM TOMATE)                                      | FERIADO  | RECESSO                                |
| <b>KCAL TOTAL</b>         | 886   | 845   | 813   | 0  | 0                                      |
| <b>REFEIÇÃO</b>           | <b>SEGUNDA-FEIRA</b><br>DATA: 23/06/2025  | <b>TERÇA-FEIRA</b><br>DATA: 24/06/2025  | <b>QUARTA-FEIRA</b><br>DATA: 25/06/2025   | <b>QUINTA-FEIRA</b><br>DATA: 26/06/2025  | <b>SEXTA-FEIRA</b><br>DATA: 27/06/2025 |
| <b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b> | FLOCOS SEM AÇÚCAR COM LEITE   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>BISCOITO   | MINGAU DE LEITE EM PÓ COM MAÇÃ  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO)<br>PÃO COM OVOS MEXIDOS  | FERIADO                                |
| <b>ALMOÇO</b>             | ARROZ<br>SOPA DE MILHO COM CARNE DESFIADA (MILHO/TIRAS/COLORAU/TOMATE)<br>LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE)<br>SALADA CRUA (ACELGA)                 | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE DE PANELA (CUBOS/TOMATE)<br>BATATA DOCE ASSADA (BATATA DOCE)<br>SALADA CRUA (ALMEIRÃO/TOMATE)              | ARROZ<br>FEIJÃO<br>PICADINHO DE CARNE (TIRAS/VAGEM/CENOURA)<br>MILHO VERDE COZIDO<br>SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA)<br>FRUTA - LARANJA | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE SUÍNA COM LEGUME (MOÍDA/CENOURA)<br>LEGUME REFOGADO (ESCAROLA)<br>SALADA COZIDA (BROCOLIS COM COUVE-FLOR)<br>FRUTA - BANANA | FERIADO                                |
| <b>LANCHE DA TARDE</b>    | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>BISCOITO   | MINGAU DE LEITE EM PÓ COM MAÇÃ  | FLOCOS SEM AÇÚCAR COM LEITE   | SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ/BANANA/MAMÃO/LARANJA)   | FERIADO                                |
| <b>JANTAR</b>             | MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/CUBOS/ER VILHA)<br>LEGUME REFOGADO (BETERRABA)<br>FRUTA - PONCÃ                              | ARROZ<br>SOPA DE MILHO COM CARNE DESFIADA (MILHO/TIRAS/COLORAU/TOMATE)<br>LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE)<br>SALADA CRUA (ACELGA) | ARROZ<br>CARNE DE PANELA (CUBOS/TOMATE)<br>SALADA DE MACARRÃO (VAGEM/CENOURA/MILHO)<br>SALADA CRUA (ALMEIRÃO/TOMATE)                      | BURACO QUENTE (PÃO/CARNE MOÍDA/CENOURA)<br>QUENTÃO DE FRUTAS (CHÁ/MAÇÃ/PERA)<br>FRUTA - BANANA<br>MACARRÃO COM CARNE                                 | FERIADO                                |
| <b>KCAL TOTAL</b>         | 723   | 692   | 731   | 646  | 0                                      |

# JUNHO 2025



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

## CARDÁPIO CEI INTEGRAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO

(C1, C2, C3, P4 e P5)



| REFEIÇÃO                  | SEGUNDA-FEIRA<br>DATA: 30/06/2025  | TERÇA-FEIRA<br>DATA: 01/07/2025  | QUARTA-FEIRA<br>DATA: 02/07/2025   | QUINTA-FEIRA<br>DATA: 03/07/2025  | SEXTA-FEIRA<br>DATA: 04/07/2025  |
|---------------------------|--|--|--|---|--|
| <b>DESJEJUM / COLAÇÃO</b> | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>PÃO DE LEITE COM OVOS   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA)<br>FRUTA - MAMÃO  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>BISCOITO  | LEITE COM FLOCOS SEM AÇÚCAR<br>FRUTA  | CHÁ OU LEITE CREMOSO<br>BISCOITO   |
| <b>PRINCIPAL</b>          | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE DE PANELA COM MILHO (TIRAS/COLORAU/MILHO)<br>LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE)<br>SALADA COZIDA (CHUCHU)                | ARROZ<br>FEIJÃO<br>OMELETE COM LEGUME (ESPINAFRE/CENOURA)<br>SALADA COZIDA (BETERRABA)<br>FRUTA - LARANJA    | MACARRÃO ALHO E OLÉO<br>CARNE DE PANELA AO MOLHO (CUBOS/TOMATE/COLORAU)<br>SALADA COZIDA (CENOURA/VAGEM/CHUCHU)    | ARROZ<br>POLENTE A BOLONHESA (MOÍDA/COLORAU)<br>LEGUME REFOGADO (MILHO/ERVILHA) | ARROZ<br>FEIJOADA (CUBOS)<br>FAROFA DE LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA/MILHO) |
| <b>LANCHE DA TARDE</b>    | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO)<br>FRUTA - MAMÃO   | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO)<br>PÃO DE LEITE COM OVOS  | LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO)<br>FRUTA - MAÇÃ  | CHÁ OU LEITE CREMOSO<br>BISCOITO  | LEITE COM FLOCOS SEM AÇÚCAR  |
| <b>JANTAR</b>             | MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (TIRAS/CENOURA/COLORAU/CUBOS/VAGEM)<br>LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)<br>SALADA CRUA (ACELGA)<br>FRUTA - MAÇÃ | ARROZ<br>FEIJÃO<br>CARNE EM CUBOS COM LEGUME EM TIRAS (CUBOS/CENOURA E VAGEM)<br>SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) | ARROZ<br>FEIJÃO<br>PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU)<br>PURE DE BATATAS (BATATA)<br>SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA) | ARROZ<br>FEIJÃO<br>TORTA MADALENA COM CARNE (MOÍDA/BATATA)                      | MACARRÃO COM ALMONDEGAS DE CARNE AO MOLHO (MOÍDA/COLORAU)                |
| <b>KCAL TOTAL</b>         | <b>796</b>   | <b>781</b>   | <b>749</b>   | <b>751</b>  | <b>738</b>   |

| HORÁRIO DO SERVIMENTO |   |
|-----------------------|---|
| DESJEJUM              | 15' antes das atividades pedagógicas        |
| COLAÇÃO               | 1h após desjejum                            |
| PRINCIPAL MANHÃ       | 3h após o início das atividades pedagógicas |
| LANCHE DATARDE        | 2h após almoço                              |
| PRINCIPAL TARDE       | 2h após lanche da tarde                     |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <br>Mari Cristine Araoz Aleandre<br>Gerente de Alimentação Escolar | <br>Beatriz Lourenço Nunes<br>Nutricionista CRN8/231 | <br>Mitz A. Nakamura Kawahara<br>Nutricionista CRN-8/1212 | <br>Renata Perucelo Romero<br>Nutricionista CRN8/2451 |
|--|--|---|---|

**OBSERVAÇÕES:**  
**PODERÁ PARA O C1 E C2 SE NECESSÁRIO UTILIZAR O CARDÁPIO PROPOSTO PARA O CB (BERÇÁRIO) - \*\*\* NÃO UTILIZAR AÇÚCAR, MEL E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA C1, C2 E C3**  
 \* 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; 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 JUNHO 2025 |            |              |
|--|------------|--------------|
|  | QTD MENSAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL)  | 14.270     | 793          |
| PROT. (g)  | 648        | 36           |
| LÍPIDIOS (g)                                       | 437        | 24           |
| SAT. (g)   | 93         | 5            |
| CARB. (g)  | 1.959      | 109          |
| FIBRA (g)  | 154        | 9            |
| CÁLCIO (mg)  | 5.975      | 332          |
| MAGNÉSIO (mg)                                      | 2.093      | 116          |
| FERRO (mg)   | 90         | 5            |
| ZINCO (mg)   | 78         | 4            |
| RETINOL (mcg)                                      | 2.408      | 134          |
| VIT. C (mg)  | 1.196      | 66           |
| SÓDIO (mg)   | 16.771     | 932          |
| GORD. TRANS (g)                                    | 0          | 0            |

**A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado - amassado - picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno do CB / C1 ao C3.**



# JUNHO 2025



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

## CARDÁPIO CEI INTEGRAL FILANTRÓPICO - EXECUTADO

(C1, C2, C3, P4 e P5)



| SEMANA DE 02/06/2025 A 06/06/2025 |             |              | SEMANA DE 09/06/2025 A 13/06/2025 |             |              |
|-----------------------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|-------------|--------------|
|                                   | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |                                   | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL)                         | 3.943       | 789          | E. (KCAL)                         | 4.124       | 825          |
| PROT. (g)                         | 174         | 35           | PROT. (g)                         | 195         | 39           |
| PROT. (%) - 10% A 15% VET         | 18          | 4            | PROT. (%) - 10% A 15% VET         | 19          | 4            |
| LIPÍDEOS (g)                      | 123         | 25           | LIPÍDEOS (g)                      | 126         | 25           |
| LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET      | 28          | 6            | LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET      | 28          | 6            |
| SAT. (g)                          | 26          | 5            | SAT. (g)                          | 29          | 6            |
| CARB. (g)                         | 543         | 109          | CARB. (g)                         | 555         | 111          |
| CARB. (%) - 55% A 65% VET         | 55          | 11           | CARB. (%) - 55% A 65% VET         | 54          | 11           |
| FIBRA (g)                         | 43          | 9            | FIBRA (g)                         | 48          | 10           |
| CÁLCIO (mg)                       | 1654        | 331          | CÁLCIO (mg)                       | 1631        | 326          |
| MAGNÉSIO (mg)                     | 575         | 115          | MAGNÉSIO (mg)                     | 641         | 128          |
| FERRO (mg)                        | 23          | 5            | FERRO (mg)                        | 26          | 5            |
| ZINCO (mg)                        | 21          | 4            | ZINCO (mg)                        | 22          | 4            |
| RETINOL (mcg)                     | 692         | 138          | RETINOL (mcg)                     | 711         | 142          |
| VIT. C (mg)                       | 373         | 75           | VIT. C (mg)                       | 412         | 82           |
| SÓDIO (mg)                        | 4623        | 925          | SÓDIO (mg)                        | 4966        | 993          |
| GORD. TRANS (g)                   | 0           | 0            | GORD. TRANS (g)                   | 0           | 0            |

  

| SEMANA DE 16/06/2025 A 18/06/2025 |             |              | SEMANA DE 23/06/2025 A 26/06/2025 |             |              |
|-----------------------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|-------------|--------------|
|                                   | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |                                   | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL)                         | 2.543       | 848          | E. (KCAL)                         | 2.894       | 724          |
| PROT. (g)                         | 112         | 37           | PROT. (g)                         | 130         | 32           |
| PROT. (%) - 10% A 15% VET         | 18          | 6            | PROT. (%) - 10% A 15% VET         | 18          | 4            |
| LIPÍDEOS (g)                      | 81          | 27           | LIPÍDEOS (g)                      | 83          | 21           |
| LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET      | 29          | 10           | LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET      | 26          | 6            |
| SAT. (g)                          | 14          | 5            | SAT. (g)                          | 19          | 5            |
| CARB. (g)                         | 343         | 114          | CARB. (g)                         | 415         | 104          |
| CARB. (%) - 55% A 65% VET         | 54          | 18           | CARB. (%) - 55% A 65% VET         | 57          | 14           |
| FIBRA (g)                         | 23          | 8            | FIBRA (g)                         | 30          | 7            |
| CÁLCIO (mg)                       | 1257        | 419          | CÁLCIO (mg)                       | 1087        | 272          |
| MAGNÉSIO (mg)                     | 346         | 115          | MAGNÉSIO (mg)                     | 424         | 106          |
| FERRO (mg)                        | 15          | 5            | FERRO (mg)                        | 20          | 5            |
| ZINCO (mg)                        | 13          | 4            | ZINCO (mg)                        | 18          | 4            |
| RETINOL (mcg)                     | 502         | 167          | RETINOL (mcg)                     | 371         | 93           |
| VIT. C (mg)                       | 133         | 44           | VIT. C (mg)                       | 218         | 55           |
| SÓDIO (mg)                        | 2966        | 989          | SÓDIO (mg)                        | 3286        | 822          |
| GORD. TRANS (g)                   | 0           | 0            | GORD. TRANS (g)                   | 0           | 0            |

  

| SEMANA DE 30/06/2025 A 04/07/2025 |             |              |
|-----------------------------------|-------------|--------------|
|                                   | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL)                         | 3.815       | 763          |
| PROT. (g)                         | 165         | 33           |
| PROT. (%) - 10% A 15% VET         | 17          | 3            |
| LIPÍDEOS (g)                      | 110         | 22           |
| LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET      | 26          | 5            |
| SAT. (g)                          | 28          | 6            |
| CARB. (g)                         | 543         | 109          |
| CARB. (%) - 55% A 65% VET         | 57          | 11           |
| FIBRA (g)                         | 40          | 8            |
| CÁLCIO (mg)                       | 1370        | 274          |
| MAGNÉSIO (mg)                     | 520         | 104          |
| FERRO (mg)                        | 26          | 5            |
| ZINCO (mg)                        | 22          | 4            |
| RETINOL (mcg)                     | 562         | 112          |
| VIT. C (mg)                       | 329         | 66           |
| SÓDIO (mg)                        | 4148        | 830          |
| 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)   |
| BISCOITO (C/ LEITE) E BISCOITO DE POLVILHO | BISCOITO <u>SEM</u> LEITE (PICCININI/RENATA)   |
| FLOCOS COM LEITE                           | FLOCOS DE MILHO <u>SEM</u> AÇÚCAR (ALCAFOODS) COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS)   |
| MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS          | MINGAU BRANCO COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM FRUTAS E FLOCOS DE MILHO <u>SEM</u> AÇÚCAR (ALCAFOODS)  |
| MINGAU COM LEITE EM PÓ COM MAÇÃ            | MINGAU COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM MAÇÃ   |
| PURÊ DE BATATA                             | PURÊ DE BATATA <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS)   |
| PURÊ DE CABOTIA                            | PURÊ DE CABOTIA <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS)  |
| ESTROGONOFE DE CARNE                       | ESTROGONOFE DE CARNE <u>COM</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>ou</u> CARNE REFOGADA  |
| TORTA MADALENA DE CARNE                    | TORTA MADALENA COM CARNE <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>ou</u> CARNE REFOGADA COM BATATA                         |
| ESCONDIDINHO DE CARNE COM CREME DE MILHO   | ESCONDIDINHO DE CARNE COM CREME DE MILHO <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>ou</u> CARNE REFOGADA COM BATATA E MILHO |

| ALERGIA OVO  |   |
|--|---|
| PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL                          | PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL                                      |
| BISCOITO DE POLVILHO                               | BISCOITO ÁGUA E SAL (PICCININI/RENATA)                            |
| PÃO COM OVOS                                       | PÃO <u>SEM</u> OVO C/ CARNE                                       |
| ARROZ CHINÊS                                       | ARROZ COM CENOURA   |
| MACARRÃO   | MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO)                                  |
| MACARRÃO ALHO E ÓLEO                               | MACARRÃO SEM OVO (URBANO) COM ALHO E ÓLEO                         |
| SALADA DE MACARRÃO                                 | SALADA DE MACARRÃO <u>SEM</u> OVOS                                |
| OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE                      | CARNE BOVINA, FRANGO <u>ou</u> SUINA REFOGADO                     |
| OMELETE DE FORNO C/ LEGUMES E ORÉGANO              | CARNE BOVINA, FRANGO <u>ou</u> SUINA REFOGADO COM LEGUMES         |
| SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE TIRAS E LEGUMES | SOPA DE MACARRÃO <u>SEM</u> OVO COM FEIJÃO, CARNE TIRAS E LEGUMES |

| INTOLERÂNCIA A LACTOSE                     |   |
|--|---|
| PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL                  | PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL  |
| LEITE                                      | LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS)   |
| BISCOITO (C/ LEITE) E BISCOITO DE POLVILHO | BISCOITO <u>SEM</u> LEITE (PICCININI/RENATA)  |
| FLOCOS COM LEITE                           | FLOCOS DE MILHO <u>SEM</u> AÇÚCAR (ALCAFOODS) <u>COM</u> LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> DE SOJA (SOY MAIS)  |
| MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS          | MINGAU BRANCO <u>COM</u> LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM FRUTAS E FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR (ALCAFOODS)                                     |
| MINGAU COM LEITE EM PÓ COM MAÇÃ            | MINGAU COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>COM</u> MAÇÃ   |
| PURÊ DE BATATA                             | PURÊ DE BATATA <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> <u>COM</u> LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA   |
| PURÊ DE CABOTIA                            | PURÊ DE CABOTIA <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA   |
| ESTROGONOFE DE CARNE                       | ESTROGONOFE DE CARNE <u>COM</u> LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>ou</u> CARNE REFOGADA  |
| TORTA MADALENA DE CARNE                    | TORTA MADALENA COM CARNE <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>ou</u> CARNE REFOGADA COM BATATA                             |
| ESCONDIDINHO DE CARNE COM CREME DE MILHO   | ESCONDIDINHO DE CARNE COM CREME DE MILHO <u>SEM</u> LEITE <u>ou</u> COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>ou</u> CARNE REFOGADA COM BATATA E MILHO |

| DIABETES   |  |
|--|--|
| PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL  | PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL   |
| PÃO  | PÃO INTEGRAL (ROMA)  |
| ARROZ  | ARROZ INTEGRAL (URBANO)  |
| ARROZ CHINÊS   | ARROZ INTEGRAL (URBANO) COM OVO E CENOURA                              |
| MACARRÃO   | MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANI)   |
| MACARRÃO ALHO E ÓLEO   | MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANI) COM ALHO E ÓLEO                           |
| SALADA DE MACARRÃO   | SALADA DE MACARRÃO <u>INTEGRAL</u> (FLORIANI)                          |
| SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE TIRAS E LEGUMES   | SOPA DE MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANI) COM FEIJÃO, CARNE TIRAS E LEGUMES |
| BURACO QUENTE  | PÃO INTEGRAL COM CARNE MOÍDA   |
| * O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO (PÃO, BISCOITO, ARROZ, MACARRÃO, FAROFA, POLENTA, BATATA, BATATA DOCE E/OU MANDIOCA, DEVE SER MODERADO |  |