

# JUNHO 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	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 / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM PRESUNTO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/MAMÃO) FRUTA - MELÃO	CHÁ BISCOITO	MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS (BANANA/MAMÃO)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE TIRAS REFOGADA (TOMATE/TIRAS) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) FRUTA - MAÇÃ	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (COLORAU/MOÍDA/CENOURA/BROCOLIS) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES E OREGÃO (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU) PURÊ DE BATATA (BATATA) SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ POLENTA CREMOSA CARNE DE PANELA (COLORAU/CUBOS) LEGUME REFOGADO (BETERRABA/VAGEM) FRUTA - BANANA
<b>KCAL TOTAL</b>	455	392	518	510	611
	DATA: 09/06/2025	DATA: 10/06/2025	DATA: 11/06/2025	DATA: 12/06/2025	DATA: 13/06/2025
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	CHÁ PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MELÃO	LEITE CARAMELADO BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA) PÃO DE FORMA COM PRESUNTO
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ FEIJÃO VACA ATOLADA (CUBOS/MANDIOCA/TOMATE) LEGUME REFOGADO (ALMEIRÃO) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES RALADOS (OVOS/CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO COM MAÇÃ)	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO (CUBOS/COLORAU) FAROFIA FRIA (CENOURA/REPOLHO/FARINHA/TOMATE) SALADA CRUA (ACELGA)	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/TIRAS/BROCOLIS) LEGUMES REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ TORTA MADALENA DE CARNE (MOÍDA/TOMATE/CENOURA/BATATA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA
<b>KCAL TOTAL</b>	552	406	643	428	548
	DATA: 16/06/2025	DATA: 17/06/2025	DATA: 18/06/2025	DATA: 19/06/2025	DATA: 20/06/2025
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) PÃO DE FORMA COM PRESUNTO	LEITE OU LEITE COM POLPA BISCOITO FRUTA - MELÃO	MINGAU DE CHOCOLATE FRUTA - MAÇÃ	FERIADO	RECESSO
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ FEIJÃO PRETO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (ABOBRINHA/TOMATE/CENOURA) PURÊ DE LEGUME (ABOBORA CABOTIA) SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE)	MACARRÃO A BOLONHESA (COLORAU/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (CHICORIA) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFF DE CARNE (TIRAS/TOMATE) BATATA RÚSTICA (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO)	FERIADO	RECESSO
<b>KCAL TOTAL</b>	474	567	678	0	0

# JUNHO 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: 23/06/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 24/06/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 25/06/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 26/06/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 27/06/2025
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	FERIADO
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ SOPA DE MILHO COM CARNE DESFIADA (MILHO/TIRAS/COLORAU/TOMATE) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/TOMATE) BATATA DOCE ASSADA (BATATA DOCE) SALADA CRUA (ALMEIRÃO/TOMATE) CANJICA	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/VAGEM/CENOURA) MILHO VERDE COZIDO SALADA CRUA (REPOLHO COM CENOURA) FRUTA - PONCÃ	CACHORRO QUENTE DE FORNO (PÃO DE FORMA/SALSICHA/TOMATE/MAIONESE) QUENTÃO DE FRUTAS (CHÁ/MAÇÃ/PERA) FRUTA - BANANA MACARRÃO COM CARNE	FERIADO
<b>KCAL TOTAL</b>	356	718	613	386	0
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 30/06/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 01/07/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 02/07/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 03/07/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 04/07/2025
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) PÃO DE LEITE COM OVOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) BISCOITO	FLOCOS COM LEITE FRUTA	CHÁ PÃO DE FORMA COM PRESUNTO
<b>PRINCIPAL</b>	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (TIRAS/CENOURA/COLORAU/CUBOS /VAGEM) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUME (ESPINAFRE/CENOURA/ERVILHA) SALADA COZIDA (BETERRABA) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/COLORAU) PURE DE BATATAS (BATATA) SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA)	ARROZ POLENTA A BOLONHESA (MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (MILHO/ERVILHA)	ARROZ FEIJOADA (CUBOS) FAROFA DE LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA/MILHO)
<b>KCAL TOTAL</b>	566	555	478	429	478

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

Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	Mirtz A. Nakamura Kuwahara Nutricionista CRN-8/1232	Renata Peracelo 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; 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,

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JUNHO 2025		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	9.423	524
PROT. (g)	384	21
LIPÍDEOS (g)	267	15
SAT. (g)	64	4
CARB. (g)	1.397	78
FIBRA (g)	100	6
CÁLCIO (mg)	3.937	219
MAGNÉSIO (mg)	1.322	73
FERRO (mg)	50	3
ZINCO (mg)	45	2
RETINOL (mcg)	1.957	109
VIT. C (mg)	691	38
SÓDIO (mg)	9.876	549
GORD. TRANS (g)	0	0



# JUNHO 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 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)	2.487	1243	E. (KCAL)	2.577	515
PROT. (g)	104	52	PROT. (g)	106	21
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	8	PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	3
LIPÍDEOS (g)	74	37	LIPÍDEOS (g)	69	14
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	27	13	LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	24	5
SAT. (g)	16	8	SAT. (g)	19	4
CARB. (g)	356	178	CARB. (g)	389	78
CARB. (%) - 55% A 65% VET	57	29	CARB. (%) - 55% A 65% VET	60	12
FIBRA (g)	25	12	FIBRA (g)	28	6
CÁLCIO (mg)	954	477	CÁLCIO (mg)	921	184
MAGNÉSIO (mg)	330	165	MAGNÉSIO (mg)	380	76
FERRO (mg)	13	6	FERRO (mg)	15	3
ZINCO (mg)	13	6	ZINCO (mg)	13	3
RETINOL (mcg)	398	199	RETINOL (mcg)	392	78
VIT. C (mg)	153	77	VIT. C (mg)	163	33
SÓDIO (mg)	2825	1413	SÓDIO (mg)	2707	541
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)	1.719	573	E. (KCAL)	2.074	518
PROT. (g)	67	22	PROT. (g)	79	20
PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	5	PROT. (%) - 10% A 15% VET	15	4
LIPÍDEOS (g)	47	16	LIPÍDEOS (g)	60	15
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	8	LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	26	7
SAT. (g)	10	3	SAT. (g)	15	4
CARB. (g)	260	87	CARB. (g)	315	79
CARB. (%) - 55% A 65% VET	60	20	CARB. (%) - 55% A 65% VET	61	15
FIBRA (g)	14	5	FIBRA (g)	26	7
CÁLCIO (mg)	837	279	CÁLCIO (mg)	971	243
MAGNÉSIO (mg)	215	72	MAGNÉSIO (mg)	340	85
FERRO (mg)	9	3	FERRO (mg)	10	2
ZINCO (mg)	8	3	ZINCO (mg)	9	2
RETINOL (mcg)	537	179	RETINOL (mcg)	528	132
VIT. C (mg)	110	37	VIT. C (mg)	233	58
SÓDIO (mg)	1784	595	SÓDIO (mg)	1845	461
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)	2.508	502
PROT. (g)	105	21
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LIPÍDEOS (g)	69	14
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	5
SAT. (g)	19	4
CARB. (g)	371	74
CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12
FIBRA (g)	27	5
CÁLCIO (mg)	1035	207
MAGNÉSIO (mg)	325	65
FERRO (mg)	14	3
ZINCO (mg)	15	3
RETINOL (mcg)	354	71
VIT. C (mg)	204	41
SÓDIO (mg)	2723	545
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 (BOLAMEL)
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
FLOCOS COM LEITE	FLOCOS DE MILHO (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 (ALCAFOODS)
MINGAU DE CHOCOLATE	MINGAU COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM ACHOCOLATADO DIET (APTI)
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)
CANJICA	CANJICA COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS)

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 <u>SEM</u> OVO C/ CARNE <u>ou</u> C/ GELEIA
MACARRÃO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO)
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA, FRANGO <u>ou</u> SUÍNA REFOGADO
OMELETE DE FORNO C/ LEGUMES E ORÉGANO	CARNE BOVINA, FRANGO <u>ou</u> SUÍNA REFOGADO COM LEGUMES
CACHORRO QUENTE DE FORNO	CACHORRO QUENTE DE FORNO SEM MAIONESE

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 (BOLAMEL)
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
FLOCOS COM LEITE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS) <u>COM</u> LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> DE SOJA (SOY MAIS)
MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS	MINGAU BRANCO <u>COM</u> LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM FRUTAS E FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
MINGAU DE CHOCOLATE	MINGAU COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>COM</u> ACHOCOLATADO DIET (APTI)
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> LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>ou</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
CANJICA	CANJICA COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>ou</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS)

DIABETES	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
ACHOCOLATADO	ACHOCOLATADO DIET (APTI)
VITAMINA DE FRUTA	VITAMINA DE FRUTA <u>SEM</u> AÇÚCAR
LEITE CARMAELADO	LEITE BATIDO COM FRUTA
CHÁ	CHÁ <u>SEM</u> AÇÚCAR COM SUCO DE MAÇÃ
BOLACHA/BISCOITO DOCE (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 AÇÚCARADO E ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS <u>SEM</u> AÇÚCAR (ALCAFOODS)
MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS	MINGAU BRANCO COM FRUTAS SEM AÇÚCAR E FLOCOS SEM AÇÚCAR (ALCAFOODS)
MINGAU DE CHOCOLATE	MINGAU SEM AÇÚCAR COM ACHOCOLATADO DIET
ARROZ	ARROZ INTEGRAL (URBANO)
MACARRÃO	MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANI)
CACHORRO QUENTE DE FORNO	CACHORRO QUENTE DE FORNO COM PÃO INTEGRAL
CANJICA	CANJICA <u>SEM</u> AÇÚCAR ADOÇADO <u>COM</u> MAÇÃ
* O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO (PÃO, BISCOITO, ARROZ, MACARRÃO, FAROFA, POLENTA, BATATA, BATATA DOCE E/OU MANDIOCA, DEVE SER MODERADO	