

JULHO 2025



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO -



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 30/06/2025	DATA: 01/07/2025	DATA: 02/07/2025	DATA: 03/07/2025	DATA: 04/07/2025
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) PÃO DE FORMA 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
PRINCIPAL	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 - LARANJA	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)
KCAL TOTAL	411	324	284	429	322
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 07/07/2025	DATA: 08/07/2025	DATA: 09/07/2025	DATA: 10/07/2025	DATA: 11/07/2025
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
PRINCIPAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
KCAL TOTAL	0	0	0	0	0
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 14/07/2025	DATA: 15/07/2025	DATA: 16/07/2025	DATA: 17/07/2025	DATA: 18/07/2025
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
PRINCIPAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
KCAL TOTAL	0	0	0	0	0

JULHO 2025



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO -



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 21/07/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 22/07/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 23/07/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 24/07/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 25/07/2025
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	CHÁ BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO) FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS
PRINCIPAL	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	MACARRÃO A BOLONHESA (MOÍDA/COLORAU)	ARROZ COM ERVILHA FEIJÃO POLENTA COM RAGU DE CARNE (CUBOS/COLORAU)	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES OU COM OVOS MEXIDOS (OVOS/BROCOLIS/CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - LARANJA	ARROZ CARRETEIRO (TIRAS/ARROZ/CENOURA/TOMATE/VAGEM) SALADA CRUA (REPOLHO/TOMATE) FRUTA - MAÇÃ
KCAL TOTAL	0	219	326	322	270
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 28/07/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 29/07/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 30/07/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 31/07/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 01/08/2025
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (TIRAS/TOMATE) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	MACARRÃO À PARISIENSE (MOLHO BRANCO/PRESUNTO/ERVILHA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA/CENOURA) SALADA COZIDA (BETERRABA)	ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA) LEGUME ASSADO (ABOBÓRA CABOTIÁ) SALADA CRUA (ACELGA/CENOURA) FRUTA - LARANJA	ARROZ CARNE DE PANELA (CUBOS/TOMATE/COLORAU) CREME DE MILHO (MILHO) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/CEBOLA/TOMATE) BATATA RUSTICA (BATATA DOCE) SALADA CRUA (PEPINO)
KCAL TOTAL	276	188	337	389	284

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
PRINCIPAL MANHÃ	2h após o início das atividades pedagógicas
LANCHE DATARDE	15' antes das atividades pedagógicas

 Marilene Cristina Assis de Aguiar Secretaria de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRNB/231	 Mirza A. Nakamura Kuwahara Nutricionista CRN-8/1212	 Renata Perucello Romero Nutricionista CRNB/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 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

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JULHO 2025		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3671,5	306
PROT. (g)	167	14
LIPÍDEOS (g)	93	8
SAT. (g)	28	2
CARB. (g)	540	45
FIBRA (g)	47	4
CÁLCIO (mg)	704	59
MAGNÉSIO (mg)	554	46
FERRO (mg)	22	2
ZINCO (mg)	21	2
RETINOL (mcg)	202	17
VIT. C (mg)	186	16
SÓDIO (mg)	4.063	339
GORD. TRANS (g)	0	0



JULHO 2025



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO -



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 30/06/2025 A 04/07/2025			SEMANA DE 22/07/2025 A 25/07/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.505	501	E. (KCAL)	1.140	285
PROT. (g)	108	22	PROT. (g)	52	13
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3	PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	5
LÍPÍDEOS (g)	63	13	LÍPÍDEOS (g)	25	6
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	2693	539	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	20	5
SAT. (g)	21	4	SAT. (g)	8	2
CARB. (g)	377	75	CARB. (g)	171	43
CARB. (%) - 55% A 65% VET	60	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	60	15
FIBRA (g)	32	6	FIBRA (g)	14	4
CÁLCIO (mg)	318	64	CÁLCIO (mg)	131	33
MAGNÉSIO (mg)	353	71	MAGNÉSIO (mg)	163	41
FERRO (mg)	14	3	FERRO (mg)	8	2
ZINCO (mg)	13	3	ZINCO (mg)	7	2
RETINOL (mcg)	164	33	RETINOL (mcg)	47	12
VIT. C (mg)	150	30	VIT. C (mg)	85	21
SÓDIO (mg)	2698	540	SÓDIO (mg)	1071	268
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 28/07/2025 A 01/08/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.475	295
PROT. (g)	68	14
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	4
LÍPÍDEOS (g)	38	8
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	5
SAT. (g)	10	2
CARB. (g)	216	43
CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12
FIBRA (g)	20	4
CÁLCIO (mg)	259	52
MAGNÉSIO (mg)	242	48
FERRO (mg)	9	2
ZINCO (mg)	9	2
RETINOL (mcg)	53	11
VIT. C (mg)	32	6
SÓDIO (mg)	1873	375
GORD. TRANS (g)	0	0