

# JULHO 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: 30/06/2025	DATA: 01/07/2025	DATA: 02/07/2025	DATA: 03/07/2025	DATA: 04/07/2025
<b>DESJEJUM</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>COLAÇÃO</b>	FRUTA - ABACATE COM LEITE EM PÓ	FRUTA - MELÃO	FRUTA - MAÇÃ	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO	FLOCOS COM LEITE
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM MILHO (TIRAS/COLORAU/MILHO) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE) SALADA COZIDA (CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUME (ESPINAFRE/CENOURA) 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)
<b>JANTAR</b>	MACARRÃO COM CARNE DESFIAADA E LEGUMES (TIRAS/CENOURA/COLORAU/CUBOS /VAGEM) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME EM TIRAS (CENOURA E VAGEM) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	MACARRÃO ALHO E OLÉO CARNE DE PANELA AO MOLHO (CUBOS/TOMATE/COLORAU) SALADA COZIDA (CENOURA/VAGEM/CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO TORTA MADALENA COM CARNE (MOÍDA/BATATA/)	MACARRÃO COM ALMONDEGAS DE CARNE AO MOLHO (MOÍDA/COLORAU)
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>962</b>	<b>762</b>	<b>852</b>	<b>1023</b>	<b>863</b>
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
<b>DESJEJUM</b>	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
<b>COLAÇÃO</b>	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
<b>ALMOÇO</b>	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
<b>JANTAR</b>	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

# JULHO 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 DATA: 14/07/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 15/07/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 16/07/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 17/07/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 18/07/2025
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
COLAÇÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
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	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	CHÁ BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO) FRUTA - MELÃO COM MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS
COLAÇÃO	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	FLOCOS COM LEITE	FLOCOS COM LEITE	FRUTA - BANANA	FRUTA - MAMÃO
ALMOÇO	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUME (MOÍDA/COLORAU/MILHO/ERVILHA)	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM RAGU DE CARNE (CUBOS/COLORAU)	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES ASSADO OU COM OVOS MEXIDOS (OVOS/BROCOLIS/CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO TORTA MADALENA DE CARNE (MOÍDA/BATATA/COLORAU) SALADA CRUA - (ACELGA)
JANTAR	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	MACARRÃO A BOLONHESA (MOÍDA/COLORAU)	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE (TIRAS/COLORAU)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (MOÍDA/CENOURA/ABOBRINHA/BROCOLI S/COLORAU) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	ARROZ CARRETEIRO (TIRAS/ARROZ/CENOURA/TOMATE/VAGEM) SALADA DE REPOLHO COM TOMATE (REPOLHO/TOMATE)
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>0</b>	<b>770</b>	<b>1055</b>	<b>768</b>	<b>848</b>

# JULHO 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: 28/07/2025	DATA: 29/07/2025	DATA: 30/07/2025	DATA: 31/07/2025	DATA: 01/08/2025
<b>DESJEJUM</b>	CHÁ PÃO DE LEITE COM PRESUNTO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MELÃO	MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS (MAÇÃ/MAMÃO)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA) BISCOITO POLVILHO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS
<b>COLAÇÃO</b>	FRUTA - MAMÃO COM LARANJA	FRUTA - MAÇÃ	FRUTA - MELÃO	SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAMÃO/MAÇÃ)	FRUTA - BANANA
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/TOMATE) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ CARNE DE PANELA (CUBOS/TOMATE/COLORAU) CREME DE MILHO (MILHO) SALADA COZIDA (BETERRABA)	ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA) LEGUME ASSADO (ABOBÓRA CABOTIÁ) SALADA CRUA (ACELGA/CENOURA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA) FAROFA DE LEGUMES (ACELGA/ABOBRINHA/FAR) SALADA CRUA (ALMEIRÃO)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/CEBOLA/TOMATE) BATATA RUSTICA (BATATA DOCE) SALADA CRUA (PEPINO)
<b>JANTAR</b>	MACARRÃO ALHO E ÓLEO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BROCOLIS/CENOURA)	MACARRÃO À PARISIENSE (MOLHO BRANCO/PRESUNTO/ERVILHA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA/CENOURA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA (TIRAS/ABOBRINHA/VAGEM) LEGUMES REFOGADO (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA	ARROZ POLENTA DE FORMA COM CARNE AO MOLHO (CUBOS/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BROCOLIS)
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>808,66</b>	<b>719,19</b>	<b>997,22</b>	<b>846</b>	<b>908</b>

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

 Marjé Christiane Anzolin de Andrade Secretária de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	 Mirza A. Nakamura Kuwahara Nutricionista CRN-8/3232	 Renata Perucello 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 JULHO 2025		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	10311,6	859
PROT. (g)	432	36
LÍPIDEOS (g)	256	21
SAT. (g)	74	6
CARB. (g)	1.574	131
FIBRA (g)	112	9
CÁLCIO (mg)	3.040	253
MAGNÉSIO (mg)	1.475	123
FERRO (mg)	63	5
ZINCO (mg)	62	5
RETINOL (mcg)	1.272	106
VIT. C (mg)	788	66
SÓDIO (mg)	10.587	882
GORD. TRANS (g)	0	0



# JULHO 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 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)	4.462	892	E. (KCAL)	3.440	688
PROT. (g)	184	37	PROT. (g)	148	30
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3	PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LIPÍDEOS (g)	122	24	LIPÍDEOS (g)	86	17
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	4785	957	LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	22	4
SAT. (g)	37	7	SAT. (g)	28	6
CARB. (g)	663	133	CARB. (g)	510	102
CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12
FIBRA (g)	55	11	FIBRA (g)	34	7
CÁLCIO (mg)	1242	248	CÁLCIO (mg)	941	188
MAGNÉSIO (mg)	599	120	MAGNÉSIO (mg)	492	98
FERRO (mg)	27	5	FERRO (mg)	22	4
ZINCO (mg)	27	5	ZINCO (mg)	23	5
RETINOL (mcg)	562	112	RETINOL (mcg)	462	92
VIT. C (mg)	283	57	VIT. C (mg)	258	52
SÓDIO (mg)	4685	937	SÓDIO (mg)	3324	665
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)	4.280	1070
PROT. (g)	188	47
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	4
LIPÍDEOS (g)	108	27
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	6
SAT. (g)	24	6
CARB. (g)	650	162
CARB. (%) - 55% A 65% VET	61	15
FIBRA (g)	52	13
CÁLCIO (mg)	1436	359
MAGNÉSIO (mg)	669	167
FERRO (mg)	26	6
ZINCO (mg)	23	6
RETINOL (mcg)	456	114
VIT. C (mg)	337	84
SÓDIO (mg)	4717	1179
GORD. TRANS (g)	0	0

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)
ABACATE COM LEITE EM PÓ	ABACATE COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> ABACATE
PÃO COM LEITE	PÃO <u>SEM</u> LEITE (ROMA)
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
ESTROGONOFE DE CARNE/FRANGO	ESTROGONOFE COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> CARNE REFOGADA
TORTA MADALENA COM CARNE	TORTA MADALENA COM CARNE COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> <u>SEM</u> LEITE
CREME DE MILHO	CREME DE MILHO COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MILHO REFOGADO
MACARRÃO PARISIENSE	MACARRÃO PARISIENSE COM MOLHO BRANCO DE LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MACARRÃO COM PRESUNTO E ERVILHA
PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> <u>SEM</u> LEITE
CREME DE MILHO	CREME DE MILHO COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MILHO REFOGADO

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) <u>OU</u> BOLACHA PÃO DE MEL (BOLAMEL)
PÃO COM OVOS	PÃO <u>SEM</u> OVO (ROMA) C/ CARNE <u>OU</u> PRESUNTO
MACARRÃO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO)
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA C/ LEGUME
OMELETE C/ LEGUME	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA REFOGADO

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)
ABACATE COM LEITE EM PÓ	ABACATE COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> ABACATE
PÃO COM LEITE	PÃO <u>SEM</u> LEITE (ROMA)
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
ESTROGONOFE DE CARNE/FRANGO	ESTROGONOFE COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> CARNE/FRANGO REFOGADA
TORTA MADALENA DE CARNE	TORTA MADALENA DE CARNE COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> <u>SEM</u> LEITE
CREME DE MILHO	CREME DE MILHO COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MILHO REFOGADO
MACARRÃO PARISIENSE	MACARRÃO PARISIENSE COM MOLHO BRANCO DE LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MACARRÃO COM PRESUNTO E ERVILHA
PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> <u>SEM</u> LEITE
CREME DE MILHO	CREME DE MILHO COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MILHO REFOGADO

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 (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)
* O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO DEVE SER REDUZIDO	