

AGOSTO 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: 01/08/2025
PRINCIPAL					ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/CEBOLA/TOMATE) BATATA RUSTICA (BATATA DOCE)
KCAL TOTAL					276
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 04/08/2025	DATA: 05/08/2025	DATA: 06/08/2025	DATA: 07/08/2025	DATA: 08/08/2025
PRINCIPAL	ARROZ ESTROGONOFFE DE CARNE (TIRAS/COLORAU) BATATA RÚSTICA (BATATA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (MOÍDA/EXTRATO) LEGUMES REFOGADOS (BERINJELA/TOMATE) SALADA CRUA (TOMATE)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (TIRAS/CENOURA/COUVE-FLOR) SALADA CRUA (TOMATE) SALADA DE FRUTA (MAÇÃ/LARANJA/MAMÃO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS OU OMELETE DE FORNO COM TOMATE, ESPINAFRE E CHEIRO VERDE SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - BANANA	ARROZ CARNE MOÍDA COM LEGUME (MOÍDA/CENOURA) LEGUMES REFOGADOS (BETERRABA/TOMATE)
KCAL TOTAL	301	253	279	362	240
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 11/08/2025	DATA: 12/08/2025	DATA: 13/08/2025	DATA: 14/08/2025	DATA: 15/08/2025
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM MILHO (TIRAS/COLORAU/MILHO) SALADA CRUA (ALMEIRÃO/TOMATE) FRUTA - LARANJA	ARROZ POLENTA DE FORMA COM RAGÚ DE CARNE (CUBOS/TOMATE/COLORAU) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ TORTA DE CARNE COM LEGUMES (MOÍDA/TOMATE/CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRITADA AMERICANA SEM QUEIJO (OVOS/EXTRATO/TOMATE/PRESUNTO) FAROFA DE LEGUMES (F.MANDIOCA/CENOURA) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - BANANA	MACARRÃO A BOLONHESA (MOÍDA/TOMATE/EXTRATO) LEGUMES REFOGADO (BETERRABA)
KCAL TOTAL	303	311	414	450	269

AGOSTO 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: 18/08/2025	DATA: 19/08/2025	DATA: 20/08/2025	DATA: 21/08/2025	DATA: 22/08/2025
PRINCIPAL	ARROZ NHOQUE COM PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU) FAROFA DE LEGUMES (F.MANDIOCA/TOMATE/CENOURA) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (OVO COZIDO/F.MANDIOCA) CARNE MOÍDA SUÍNA REFOGADA COM CEBOLA (MOÍDA/COLORAU/CEBOLA) LEGUME REFOGADO (ALMEIRÃO) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ CARRETEIRO (CUBOS/ARROZ/CENOURA/TOMATE/ VAGEM) FEIJÃO SALADA DE CENOURA (CENOURA)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (TIRAS/CENOURA/ABOBRINHA/ COLORAU) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM INHAME (INHAME/MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (CENOURA)
	447	313	274	349	278
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 25/08/2025	DATA: 26/08/2025	DATA: 27/08/2025	DATA: 28/08/2025	DATA: 29/08/2025
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CUBOS/TOMATE/EXTRATO) CREME DE MILHO (MILHO) SALADA CRUA (TOMATE)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (ABOBRINHA/ ESCAROLA) LEGUME REFOGADO (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CREME DE MANDIOCA DE FORMA (MOÍDA/MANDIOCA) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - MAMÃO	ARROZ NHOQUE DE CARNE (MOÍDA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE) BOLO DE CHOCOLATE COM CALDA DE LARANJA	MACARRÃO COM CARNE EM TIRAS COM LEGUMES (TIRAS/CENOURA/ABOBRINHA/ACELG A/VAGEM) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) FRUTA - LARANJA
KCAL TOTAL	366	276	388	488	317

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 CRNB/231	Miriz A. Nakamura Kuwahara Nutricionista CRN-8/1232	Renata Perucelo 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,

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JUNHO 2025		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	6.954	331
PROT. (g)	3.307	157
LIPÍDEOS (g)	177	8
SAT. (g)	50	2
CARB. (g)	1.015	48
FIBRA (g)	89	4
CÁLCIO (mg)	1.156	55
MAGNÉSIO (mg)	1.089	52
FERRO (mg)	43	2
ZINCO (mg)	39	2
RETINOL (mcg)	445	21
VIT. C (mg)	588	28
SÓDIO (mg)	7.779	370
GORD. TRANS (g)	0	0



AGOSTO 2025



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO -



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

SEMANA DE 28/07/2025 A 01/08/2025			SEMANA DE 04/08/2025 A 08/08/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.475	295	E. (KCAL)	1.435	287
PROT. (g)	68	14	PROT. (g)	66	13
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	4
LÍPÍDEOS (g)	38	8	LÍPÍDEOS (g)	37	7
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	5	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	5
SAT. (g)	10	2	SAT. (g)	11	2
CARB. (g)	216	43	CARB. (g)	213	43
CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	59	12
FIBRA (g)	20	4	FIBRA (g)	19	4
CÁLCIO (mg)	259	52	CÁLCIO (mg)	189	38
MAGNÉSIO (mg)	242	48	MAGNÉSIO (mg)	238	48
FERRO (mg)	9	2	FERRO (mg)	9	2
ZINCO (mg)	9	2	ZINCO (mg)	8	2
RETINOL (mcg)	53	11	RETINOL (mcg)	66	13
VIT. C (mg)	32	6	VIT. C (mg)	137	27
SÓDIO (mg)	1873	375	SÓDIO (mg)	1619	324
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 11/08/2025 A 15/08/2025			SEMANA DE 18/08/2025 A 22/08/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.748	350	E. (KCAL)	1.661	332
PROT. (g)	78	16	PROT. (g)	69	14
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	4	PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LÍPÍDEOS (g)	48	10	LÍPÍDEOS (g)	34	7
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	5	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	18	4
SAT. (g)	14	3	SAT. (g)	10	2
CARB. (g)	242	48	CARB. (g)	269	54
CARB. (%) - 55% A 65% VET	55	11	CARB. (%) - 55% A 65% VET	65	13
FIBRA (g)	19	4	FIBRA (g)	24	5
CÁLCIO (mg)	335	67	CÁLCIO (mg)	174	35
MAGNÉSIO (mg)	236	47	MAGNÉSIO (mg)	267	53
FERRO (mg)	10	2	FERRO (mg)	11	2
ZINCO (mg)	10	2	ZINCO (mg)	9	2
RETINOL (mcg)	85	17	RETINOL (mcg)	18	4
VIT. C (mg)	153	31	VIT. C (mg)	114	23
SÓDIO (mg)	1997	399	SÓDIO (mg)	1656	331
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 25/08/2025 A 29/08/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.835	367
PROT. (g)	80	16
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LÍPÍDEOS (g)	51	10
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	5
SAT. (g)	12	2
CARB. (g)	255	51
CARB. (%) - 55% A 65% VET	55	11
FIBRA (g)	23	5
CÁLCIO (mg)	436	87
MAGNÉSIO (mg)	296	59
FERRO (mg)	12	2
ZINCO (mg)	10	2
RETINOL (mcg)	274	55
VIT. C (mg)	177	35
SÓDIO (mg)	2248	450
GORD. TRANS (g)	0	0