

# AGOSTO 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: 01/08/2025
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE					LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS
PRINCIPAL					ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/CEBOLA/TOMATE) BATATA RUSTICA (BATATA DOCE)
KCAL TOTAL					517
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
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) FRUTA - MELÃO	CHÁ BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS
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	574	383	486	502	484
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
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS	FLOCOS COM LEITE FRUTA - MELÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE LEITE COM PRESUNTO
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) FAROFÁ DE LEGUMES (F.MANDIOCA/CENOURA) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - BANANA	MACARRÃO A BOLONHESA (MOÍDA/TOMATE/EXTRATO) LEGUMES REFOGADO (BETERRABA)
KCAL TOTAL	550	485	575	690	441

# AGOSTO 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: 18/08/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 19/08/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 20/08/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 21/08/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 22/08/2025
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE LEITE COM PRESUNTO	CHÁ PIPOCA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) BISCOITO + FRUTA - MELÃO	MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS (BANANA/MAMÃO)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS
<b>PRINCIPAL</b>	ARROZ NHOQUE COM PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU) FAROFIA DE LEGUMES (F.MANDIOCA/TOMATE/CENOURA) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - LARANJA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO COM OVOS (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)
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>625</b>	<b>464</b>	<b>537</b>	<b>542</b>	<b>519</b>
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 25/08/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 26/08/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 27/08/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 28/08/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 29/08/2025
<b>DESJEJUM / LANCHE DA TARDE</b>	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) FRUTA - MELÃO	CHÁ BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA) PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS
<b>PRINCIPAL</b>	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
<b>KCAL TOTAL</b>	<b>613</b>	<b>404</b>	<b>591</b>	<b>640</b>	<b>549</b>

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




  
 Maria Cibele Anzolin de Aguiar  
Secretaria de Alimentação Escolar  
 Beatriz Lourenço Nunes  
Nutricionista CRN8/231  
 Mirza A. Nakamura Kawahara  
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, de 08

### VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE AGOSTO 2025

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	11174	532
PROT. (g)	473	23
LIPÍDEOS (g)	322	15
SAT. (g)	73	3
CARB. (g)	1.594	76
FIBRA (g)	111	5
CÁLCIO (mg)	4.425	211
MAGNÉSIO (mg)	1.572	75
FERRO (mg)	64	3
ZINCO (mg)	58	3
RETINOL (mcg)	1.957	93
VIT. C (mg)	784	37
SÓDIO (mg)	12.060	574
GORD. TRANS (g)	0	0



# AGOSTO 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 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)	2.464	493	E. (KCAL)	2.430	486
PROT. (g)	104	21	PROT. (g)	105	21
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3	PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LÍPÍDEOS (g)	72	14	LÍPÍDEOS (g)	71	14
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	26	5	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	26	5
SAT. (g)	13	3	SAT. (g)	18	4
CARB. (g)	356	71	CARB. (g)	348	70
CARB. (%) - 55% A 65% VET	58	12	CARB. (%) - 55% A 65% VET	57	11
FIBRA (g)	24	5	FIBRA (g)	24	5
CÁLCIO (mg)	1077	215	CÁLCIO (mg)	920	184
MAGNÉSIO (mg)	351	70	MAGNÉSIO (mg)	351	70
FERRO (mg)	13	3	FERRO (mg)	14	3
ZINCO (mg)	13	3	ZINCO (mg)	12	2
RETINOL (mcg)	379	76	RETINOL (mcg)	474	95
VIT. C (mg)	135	27	VIT. C (mg)	178	36
SÓDIO (mg)	2800	560	SÓDIO (mg)	2737	547
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)	2.742	548	E. (KCAL)	2.687	537
PROT. (g)	115	23	PROT. (g)	107	21
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3	PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	3
LÍPÍDEOS (g)	78	16	LÍPÍDEOS (g)	70	14
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	5	LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	23	5
SAT. (g)	18	4	SAT. (g)	16	3
CARB. (g)	393	79	CARB. (g)	410	82
CARB. (%) - 55% A 65% VET	57	11	CARB. (%) - 55% A 65% VET	61	12
FIBRA (g)	26	5	FIBRA (g)	29	6
CÁLCIO (mg)	1121	224	CÁLCIO (mg)	978	196
MAGNÉSIO (mg)	359	72	MAGNÉSIO (mg)	387	77
FERRO (mg)	15	3	FERRO (mg)	15	3
ZINCO (mg)	16	3	ZINCO (mg)	13	3
RETINOL (mcg)	395	79	RETINOL (mcg)	384	77
VIT. C (mg)	203	41	VIT. C (mg)	151	30
SÓDIO (mg)	2947	589	SÓDIO (mg)	2584	517
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)	2.798	560
PROT. (g)	119	24
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LÍPÍDEOS (g)	85	17
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	27	5
SAT. (g)	16	3
CARB. (g)	384	77
CARB. (%) - 55% A 65% VET	55	11
FIBRA (g)	28	6
CÁLCIO (mg)	1174	235
MAGNÉSIO (mg)	397	79
FERRO (mg)	16	3
ZINCO (mg)	13	3
RETINOL (mcg)	600	120
VIT. C (mg)	243	49
SÓDIO (mg)	3181	636
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)
PÃO COM LEITE	PÃO <u>SEM</u> LEITE (ROMA)
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS	MINGAU BRANCO COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM FRUTAS E FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
ESTROGONOFE DE CARNE	ESTROGONOFE COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> CARNE REFOGADA
TORTA DE CARNE COM LEGUMES	TORTA DE CARNE <u>SEM</u> LEITE <u>OU</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
CREME DE MILHO	CREME DE MILHO COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MILHO REFOGADO
CARNE MOÍDA COM CREME DE MANDIOCA DE FORMA	CARNE MOÍDA COM CREME DE MANDIOCA DE FORMA <u>SEM</u> LEITE <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
ESCONDIDINHO DE CARNE	ESCONDIDINHO DE BATATA E CARNE SEM LEITE <u>OU</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> CARNE MOÍDA COM BATATA
BOLO DE CHOCOLATE COM CALDA DE LARANJA	BOLO DE CHOCOLATE COM ACHOCOLATADO DIET (APTI) E <u>SEM</u> LEITE <u>OU</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM CALDA DE LARANJA

## 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
PÃO COM OVOS	PÃO SEM OVO C/ CARNE, FRANGO OU PRESUNTO
MACARRÃO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO)
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA
OMELETE C/ LEGUME	CARNE BOVINA, FRANGO <u>OU</u> SUÍNA REFOGADO C/ LEGUME
TORTA DE CARNE COM LEGUMES	TORTA DE CARNE COM LEGUMES <u>SEM</u> OVO
FRITADA AMERICANA SEM QUEIJO	CARNE/FRANGO COM EXTRATO, TOMATE E PRESUNTO
NHOQUE	BOLO DE CHOCOLATE COM SEM OVO COM CALDA DE LARANJA
BOLO DE CHOCOLATE COM CALDA DE LARANJA	BOLO DE CHOCOLATE COM SEM OVO COM CALDA DE LARANJA

## 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)
PÃO COM LEITE	PÃO SEM LEITE (ROMA)
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
MINGAU BRANCO COM FRUTAS E FLOCOS	MINGAU BRANCO COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) COM FRUTAS E FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
ESTROGONOFE DE CARNE	ESTROGONOFE COM LEITE <u>SEM</u> LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> CARNE REFOGADA
TORTA DE CARNE COM LEGUMES	TORTA DE CARNE <u>SEM</u> LEITE <u>OU</u> COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
CREME DE MILHO	CREME DE MILHO COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> MILHO REFOGADO
CARNE MOÍDA COM CREME DE MANDIOCA DE FORMA	CARNE MOÍDA COM CREME DE MANDIOCA DE FORMA <u>SEM</u> LEITE <u>OU</u> COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
ESCONDIDINHO DE CARNE	ESCONDIDINHO DE BATATA E CARNE SEM LEITE <u>OU</u> COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> COM LEITE DE SOJA (SOY MAIS) <u>OU</u> CARNE MOÍDA COM BATATA
BOLO DE CHOCOLATE COM CALDA DE LARANJA	BOLO DE CHOCOLATE COM ACHOCOLATADO DIET (APTI) E <u>SEM</u> LEITE <u>OU</u> COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) <u>OU</u> COM 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
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)
BOLO DE CHOCOLATE COM CALDA DE LARANJA	BOLO DE CHOCOLATE COM COM ACHOCOLATADO DIET (APTI) E <u>SEM</u> AÇÚCAR
* O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO DEVE SER MODERADO	