

OUTUBRO 2025





PREFEITURA MUNICIPAL 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: 01/10/2025	DATA: 02/10/2025	DATA: 03/10/2025
DESJEJUM			CHÁ BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA) PÃO DE LEITE COM DOCE
COLAÇÃO			FRUTA - MAMÃO COM FLOCOS	FRUTA - MELÃO	FRUTA - BANANA
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO VACA ATOLADA (CUBOS/MANDIOCA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (COUVE- MANTEIGA)	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/TOMATE/CEBOLA/COLORAU) SALADA CRUA (TOMATE/PEPINO)	ARROZ FEIJOADA (CUBOS) FAROFA DE LEGUME (REPOLHO/CENOURA/F.MILHO) SALADA CRUA (ACELGA/CENOURA) FRUTA - LARANJA
JANTAR			ARROZ NHOQUE A BOLONHESA (MOÍDA/TOMATE/COLORAU) SALADA CRUA (ALMEIRÃO) SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAÇÃ/MAMÃO)	MACARRÃO À PARISIENSE (MOLHO BRANCO/PRESUNTO/ERVILHA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA) SALADA CRUA (ALFACE) BOLO DE FUBÁ	ARROZ COM LEGUMES (BROCOLIS/MILHO) CARNE COM LEGUMES (TIRAS/ABÓ- CABOTIÁ) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)
KCAL TOTAL			888	775	834
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 06/10/2025	DATA: 07/10/2025	DATA: 08/10/2025	DATA: 09/10/2025	DATA: 10/10/2025
DESJEJUM	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PIPOCA DOCE COM LEITE EM PÓ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ) BISCOITO	SALADA DE FRUTA COM FLOCOS (LARANJA/MAÇÃ/MAMÃO)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ) FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) BISCOITO DE POLVILHO
 SEMANA DA CRIANÇA	FRUTA - MELÃO ARROZ FEIJÃO NHOQUE COM CARNE EM CUBOS DESFIAADA (CARNE/EXTRATO) LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE)	FRUTA - MAMÃO ARROZ FEIJÃO CARNE DE PENELA (CARNE) LEGUME ASSADO OU REFOGADO (CENOURA) SALADA CRUA (ACELGA)	FRUTA - PERA ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS OU COZIDOS LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA) SALADA CRUA (ALMEIRÃO)	FRUTA - MAÇÃ ARROZ FEIJOADA (CARNE) FAROFA DE LEGUMES (CENOURA/VAGEM/F.MILHO) LEGUMES REFOGADO (COUVE- MANTEIGA) SALADA CRUA (TOMATE)	FRUTA - BANANA ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CARNE) LEGUME COZIDO (MANDIOCA) SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE)
	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUME (CENOURA/TOMATE/CEBOLA) SALADA COZIDA (COUVE-FLOR)	SANDUÍCHE DE CARNE LOUCA (PÃO DE FORMA/ CARNE DESFIAADA/MAIONESE/TOMATE) CHÁ GELADO * MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES	ARROZ CARRETEIRO (CARNE/TOMATE/CEBOLA/MILHO/ERVIL- HA/ESCAROLA) SALADA CRUA (ACELGA)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (TOMATE/ACELGA/ESPINAFRE) BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS	MACARRÃO À PARISIENSE (MOLHO BRANCO/PRESUNTO/ERVILHA) SUCO DE POLPA * MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES
KCAL TOTAL	848	780	641	1010	723

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 13/10/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 14/10/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 15/10/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 16/10/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 17/10/2025
DESJEJUM	RECESSO	RECESSO	FERIADO	LEITE BATIDO COM POLPA BISCOITO DE PÃO DE MEL	ESFERA DE CHOCOLATE COM LEITE
COLAÇÃO	RECESSO	RECESSO	 <p>Feliz dia dos Professores</p> <p>ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - GAE</p>	FLOCOS COM LEITE	LEITE BATIDO COM POLPA + BISCOITO
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO		ARROZ FEIJÃO OVOS COZIDOS OU MEXIDOS LEGUMES REFOGADO (MILHO/ERVILHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CARNE/COLORAU) FAROFA
JANTAR	RECESSO	RECESSO		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE EM CUBOS (CARNE)	MACARRÃO DE FORNO (PRESUNTO/COLORAU/EXTRATO/CENOURA) MOUSSE DE GELATINA COM LEITE EM PÓ

OUTUBRO 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: 20/10/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 21/10/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 22/10/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 23/10/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 24/10/2025
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE POLVILHO	CHÁ BISCOITO	FLOCOS COM LEITE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA) PÃO DE LEITE COM MANTEIGA
COLAÇÃO	FLOCOS COM LEITE	LEITE ACHOCOLATADO BISCOITO	LEITE CARMELADO BISCOITO	FRUTA - BANANA	FRUTA - MELÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA AO MOLHO (CARNE) FAROFA DE LEGUMES (F. MILHO/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (CARNE)	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO (CARNE/COLORAU) POLENTA FIRME (DE CORTE)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CARNE) LEGUME REFOGADO (COUVE-MANTEIGA)	ARROZ FEIJÃO PRETO OVOS MEXIDOS (OVOS/TOMATE/CEBOLA) LEGUME REFOGADO (COUVE- MANTEIGA) SALADA CRUA (TOMATE)
JANTAR	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE CARNE (COLORAU/CARNE)	MACARRÃO AO SUGO COM CARNE E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/TOMATE)	ARROZ COM MILHO VACA ATOLADA (CARNE/MANDIOCA)	ARROZ NHOQUE AO SUGO COM CARNE E LEGUMES (BROCOLIS/TOMATE/COLORAU) SALADA CRUA (ALFACE/TOMATE)	ARROZ DE FORNO COM CARNE DESMIADA (CARNE/CENOURA) LEGUMES REFOGADO (BRÓCOLIS)
KCAL TOTAL	1058	1000	939	860	780
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 27/10/2025	TERÇA-FEIRA DATA: 28/10/2025	QUARTA-FEIRA DATA: 29/10/2025	QUINTA-FEIRA DATA: 30/10/2025	SEXTA-FEIRA DATA: 31/10/2025
DESJEJUM	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ OU LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) BISCOITO	CHÁ OU LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) FRUTA - MELÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) PÃO DE LEITE COM DOCE
COLAÇÃO	FRUTA - MAMÃO COM LARANJA	FRUTA - MELÃO	FRUTA - MAÇÃ	SALADA DE FRUTA (LARANJA/MAMÃO/MAÇÃ)	FRUTA - BANANA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS COZIDOS OU MEXIDOS LEGUMES COZIDOS (VAGEM/CENOURA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (CARNE/TOMATE/CEBOLA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (MANDIOCA) SALADA CRUA (TOMATE)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUME (CARÁ/TOMATE/COLORAU/CARNE) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (OVO/CENOURA/ESCAROLA) LEGUMES REFOGADOS (VAGEM/CENOURA)	ARROZ NHOQUE AO MOLHO COM PRESUNTO (PRESUNTO) LEGUMES REFOGADO (ESCAROLA) SALADA CRUA (ALFACE)
JANTAR	MACARRÃO ALHO E ÓLEO OU AO SUGO COM PRESUNTO LEGUMES REFOGADO (BRÓCOLIS) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO PRETO FAROFA DE LEGUMES COM OVOS (OVOS/ERVILHA/F.MILHO) SALADA CRUA (ESCAROLA)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (EXTRATO/MILHO) LEGUMES REFOGADO (CENOURA) SALADA CRUA (ALMEIRÃO/TOMATE)	ARROZ DE FORNO COM CARNE DESMIADA (CARNE) LEGUMES REFOGADO (ABOBORA CABOTIÁ)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO (BERINJELA) SALADA CRUA (ALFACE)
KCAL TOTAL	848	801	892	756	848

OUTUBRO 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



HORÁRIO DO SERVIMENTO

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

Marieli Cristine Aparecida
Marieli Cristine Aparecida
Gerente de Alimentação Escolar

Beatriz Lourenço Nunes
Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN6/231

Mirtz A. Nakamura Kuwafara
Mirtz A. Nakamura Kuwafara
Nutricionista CRN-8/1232

Renata Perucelo Romero
Renata Perucelo Romero
Nutricionista CRN8/2451

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, de

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE OUTUBRO 2025

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	17.122	856
PROT. (g)	665	33
LIPÍDEOS (g)	452	23
SAT. (g)	132	7
CARB. (g)	2.619	131
FIBRA (g)	187	9
CÁLCIO (mg)	5.294	265
MAGNÉSIO (mg)	2.473	124
FERRO (mg)	97	5
ZINCO (mg)	94	5
RETINOL (mcg)	2.351	118
VIT. C (mg)	1.229	61
SÓDIO (mg)	17.689	884
GORD. TRANS (g)	9	0



OUTUBRO 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 29/09/2025 A 03/10/2025			SEMANA DE 06/10/2025 A 10/10/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	4.051	810	E. (KCAL)	4.002	800
PROT. (g)	163	33	PROT. (g)	156	31
PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	3	PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	3
LIPÍDEOS (g)	94	19	LIPÍDEOS (g)	114	23
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	21	4	LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	26	5
SAT. (g)	25	5	SAT. (g)	29	6
CARB. (g)	649	130	CARB. (g)	601	120
CARB. (%) - 55% A 65% VET	64	13	CARB. (%) - 55% A 65% VET	60	12
FIBRA (g)	46	9	FIBRA (g)	52	10
CÁLCIO (mg)	1153	231	CÁLCIO (mg)	1312	262
MAGNÉSIO (mg)	609	122	MAGNÉSIO (mg)	638	128
FERRO (mg)	24	5	FERRO (mg)	25	5
ZINCO (mg)	23	5	ZINCO (mg)	20	4
RETINOL (mcg)	307	61	RETINOL (mcg)	726	145
VIT. C (mg)	388	78	VIT. C (mg)	345	69
SÓDIO (mg)	4349	870	SÓDIO (mg)	4427	885
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	2	0

SEMANA DE 13/10/2025 A 17/10/2025			SEMANA DE 20/10/2025 A 24/10/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.840	920	E. (KCAL)	4.638	928
PROT. (g)	67	34	PROT. (g)	176	35
PROT. (%) - 10% A 15% VET	15	7	PROT. (%) - 10% A 15% VET	15	3
LIPÍDEOS (g)	43	21	LIPÍDEOS (g)	123	25
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	21	10	LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	24	5
SAT. (g)	16	8	SAT. (g)	42	8
CARB. (g)	291	146	CARB. (g)	712	142
CARB. (%) - 55% A 65% VET	63	32	CARB. (%) - 55% A 65% VET	61	12
FIBRA (g)	13	6	FIBRA (g)	46	9
CÁLCIO (mg)	604	302	CÁLCIO (mg)	1353	271
MAGNÉSIO (mg)	197	99	MAGNÉSIO (mg)	649	130
FERRO (mg)	10	5	FERRO (mg)	26	5
ZINCO (mg)	13	6	ZINCO (mg)	27	5
RETINOL (mcg)	285	142	RETINOL (mcg)	677	135
VIT. C (mg)	34	17	VIT. C (mg)	230	46
SÓDIO (mg)	1629	814	SÓDIO (mg)	4408	882
GORD. TRANS (g)	1	0	GORD. TRANS (g)	3	1

SEMANA DE 27/10/2025 A 31/10/2025		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	4.146	829
PROT. (g)	172	34
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	3
LIPÍDEOS (g)	116	23
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25	5
SAT. (g)	30	6
CARB. (g)	606	121
CARB. (%) - 55% A 65% VET	58	12
FIBRA (g)	49	10
CÁLCIO (mg)	1334	267
MAGNÉSIO (mg)	614	123
FERRO (mg)	23	5
ZINCO (mg)	21	4
RETINOL (mcg)	491	98
VIT. C (mg)	375	75
SÓDIO (mg)	4590	918
GORD. TRANS (g)	2	0

DIETA ESPECIAL

ALERGIA AO LEITE DE VACA

PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
LEITE	CHÁ OU SUCO DE FRUTA OU LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
ACHOCOLATADO (C/ LEITE)	ACHOCOLATADO DIET <u>SEM</u> LEITE (APTI)
PIPOCA DOCE COM LEITE EM PÓ	PIPOCA DOCE
BOLACHA/BISCOITO (C/ LEITE) E BISCOITO DE POLVILHO	BOLACHA/BISCOITO <u>SEM</u> LEITE (PICCINI/RENATA) <u>OU</u> BOLACHA PÃO DE MEL (BOLAMEL)
PÃO COM LEITE	PÃO <u>SEM</u> LEITE (ROMA)
PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	PÃO <u>SEM</u> LEITE (ROMA) C/ OVOS <u>OU</u> C/ PRESUNTO <u>OU</u> C/ DOCE
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
MACARRÃO À PARISIENSE	MACARRÃO COM PRESUNTO E ERVILHA
BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS	BOLO <u>SEM</u> LEITE C/ ACHOCOLATADO DIET (APTI) COM COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS
BOLO DE FUBÁ	BOLO <u>SEM</u> LEITE
MOUSSE DE GELATINA COM LEITE EM PÓ	GELATINA

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 (PICCINI) <u>OU</u> BOLACHA AMANTEIGADA (RENATA)
PÃO COM OVOS	PÃO <u>SEM</u> OVO (ROMA) C/ PRESUNTO <u>OU</u> CARNE <u>OU</u> DOCE
SANDUÍCHE DE CARNE LOUCA	PÃO <u>SEM</u> OVO (ROMA) C/ CUBOS E TOMATE
MACARRÃO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO)
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA
MACARRÃO DE FORNO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO) DE FORNO
MACARRÃO À PARISIENSE	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO) À PARISIENSE
NHOQUE A BOLONHESA/ AO SUGO	MACARRÃO <u>SEM</u> OVO (URBANO) A BOLONHESA/AO SUGO <u>OU</u> ARROZ E CARNE MOÍDA AO MOLHO
BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS	BOLO <u>SEM</u> OVO DE CHOCOLATE C/ COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS
BOLO DE FUBÁ	BOLO <u>SEM</u> OVO

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
LEITE	CHÁ OU SUCO DE FRUTA <u>OU</u> LEITE DE SOJA (SOY MAIS)
ACHOCOLATADO (C/ LEITE/LACTOSE)	ACHOCOLATADO DIET <u>SEM</u> LACTOSE (APTI)
PIPOCA DOCE COM LEITE EM PÓ	PIPOCA DOCE
BOLACHA/BISCOITO (C/ LEITE/LACTOSE) E BISCOITO DE POLVILHO	BOLACHA/BISCOITO <u>SEM</u> LACTOSE (PICCINI/RENATA) <u>OU</u> BOLACHA PÃO DE MEL (BOLAMEL)
PÃO COM LEITE	PÃO <u>SEM</u> LEITE (ROMA)
PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	PÃO <u>SEM</u> LEITE (ROMA) C/ OVOS <u>OU</u> C/ PRESUNTO <u>OU</u> C/ DOCE
ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS DE MILHO (ALCAFOODS)
MACARRÃO À PARISIENSE	MACARRÃO COM PRESUNTO E ERVILHA
BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS	BOLO <u>SEM</u> LEITE C/ ACHOCOLATADO DIET (APTI) COM COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS
BOLO DE FUBÁ	BOLO <u>SEM</u> LEITE
MOUSSE DE GELATINA COM LEITE EM PÓ	GELATINA

DIABETES

PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
ACHOCOLATADO	ACHOCOLATADO DIET (APTI)
VITAMINA DE FRUTA	VITAMINA DE FRUTA <u>SEM</u> AÇÚCAR
CHÁ	CHÁ <u>SEM</u> AÇÚCAR <u>OU</u> CHÁ DE MAÇÃ
BOLACHA/BISCOITO DOCE (MAISENA/ROSQUINHA/AMANTEIGADA) / BOLACHA PÃO DE MEL	BISCOITO ÁGUA E SAL (PICCINI) <u>OU</u> BISCOITO POLVILHO (LOPES) <u>OU</u> BISCOITO INTEGRAL DIET (LOWÇUCAR)
FLOCOS AÇUCARADO E ESFERAS DE MILHO E SOJA - CHOCOLATE	FLOCOS <u>SEM</u> AÇÚCAR (ALCAFOODS)
PÃO COM DOCE	PÃO COM C/ OVOS <u>OU</u> C/ CARNE
SALADA DE FRUTAS COM FLOCOS	SALADA DE FRUTAS COM FLOCOS <u>SEM</u> AÇÚCAR (ALCAFOODS)
MACARRÃO	MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANI)
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA <u>SEM</u> AÇÚCAR
BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE GELEIA DE FRUTAS	BOLO DIET (SEM AÇÚCAR) C/ ACHOCOLATADO DIET (APTI)
BOLO DE FUBÁ	BOLO DIET (SEM AÇÚCAR)
MOUSSE DE GELATINA COM LEITE EM PÓ	GELATINA DIET COM LEITE EM PÓ
* O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO (PÃO, BISCOITO, ARROZ, MACARRÃO, FAROFA, POLENTA, BATATA, BATATA DOCE E/OU MANDIOCA, DEVE SER MODERADO	

SUBSTITUIÇÕES DAS PREPARAÇÕES

PREPARAÇÃO CARDÁPIO	SUBSTITUIÇÕES
VITAMINA DE FRUTA	LEITE PURO
	FRUTA PICADA OU SALADA DE FRUTA
CARNE COM LEGUMES	CARNE COM OS LEGUMES JUNTOS OU SEPARADOS (CARNE + LEGUMES)
	OS LEGUMES PODEM SER REFOGADOS E/OU ASSADOS
OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (OVO/CENOURA/ESCAROLA)	PODE SER PRAPARADO OS OVOS MEXIDOS COM OS LEGUMES SEPARADOS
MACARRÃO/NHOQUE AO SUGO COM LEGUMES	MACARRÃO AO SUGO COM OS LEGUMES SEPARADOS
ARROZ COM LEGUMES	PODE SER PREPARADO O ARROZ BRANCO E OS LEGUMES REFOGADOS SEPARADAMENTE
ARROZ DE FORNO COM CARNE DESFIADA	O ARROZ BRANCO COM CARNE DESFIADA SEPARADOS
* Essas alterações não são qualificadas como alteração de cardápio. Preparações realizadas com os mesmos gêneros do dia estão autorizadas a serem realizadas.	