

MAIO 2026



PREFEITURA MUNICIPAL 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: 01/05/2026 |
| PRINCIPAL | | | | | FERIADO |
| KCAL TOTAL | | | | | 0 |
| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
| | DATA: 02/05/2026 | DATA: 03/05/2026 | DATA: 06/05/2026 | DATA: 07/05/2026 | DATA: 08/05/2026 |
| PRINCIPAL | ARROZ FRITADA DE BATATA COM OVOS (BATATA/OVO/TOMATE/QUEIJO) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) SALADA DE FRUTA (MAÇÃ/LARANJA/MAMÃO) | ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (DESMIADO/CENOURA) SALADA CRUA | MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (MOÍDA/TOMATE/CENOURA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ | ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/TOMATE) FAROFA COM BISCOITO CREAM FRUTA - LARANJA | ARROZ FEIJÃO CARNE DE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (ALFACE) |
| KCAL TOTAL | 431 | 383 | 512 | 519 | 520 |
| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
| | DATA: 11/05/2026 | DATA: 12/05/2026 | DATA: 13/05/2026 | DATA: 14/05/2026 | DATA: 15/05/2026 |
| PRINCIPAL | ARROZ POLENTA COM RAGU DE CARNE (CUBOS/TOMATE/EXTRATO) SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE) FRUTA - LARANJA | ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO (FRANGO/CEBOLA) CREME DE ABÓBORA (ABÓBORA CABOTIÁ) SALADA CRUA (PEPINO) | ARROZ FAROFA DE FEIJÃO COM COUVE (FEIJÃO/F. MANDIOCA/COUVE) CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA) SALADA CRUA (ALMEIRÃO) | MACARRÃO COM FRANGO DESMIADO E LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA/BRÓCOLIS) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - MAÇÃ DOCE DE BANANA COM OU SEM CREME BRANCO (CREME PARA AS UNIDADES COM AMIDO DE MILHO) | ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO |
| KCAL TOTAL | 532 | 493 | 518 | 418 | 0 |

MAIO 2026



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO -



| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA DATA: 18/05/2026 | TERÇA-FEIRA DATA: 19/05/2026 | QUARTA-FEIRA DATA: 20/05/2026 | QUINTA-FEIRA DATA: 21/05/2026 | SEXTA-FEIRA DATA: 22/05/2026 |
|-------------------|--|---|--|---|---|
| PRINCIPAL | ARROZ MACARRÃO A BOLONHESA (MOÍDA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA/CENOURA) FRUTA - MAÇÃ | ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (TIRAS/CHEIRO VERDE) SALADA COZIDA (BETERRABA) SALADA CRUA (REPOLHO) | MACARRÃO AO SUGO (TOMATE/COLORAU) FRANGO ASSADO COM BATATA (FILÉ/BATATA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE/CHEIRO VERDE) FRUTA - PONCÃ | ARROZ FEIJÃO OVOS AO MOLHO DE TOMATE (TOMATE/EXTRATO/CHEIRO VERDE) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - MELÃO | ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (CUBOS/CENOURA) CREME VERDE (BATATA/COUVE) SALADA CRUA (ALMEIRÃO) FRUTA - LARANJA |
| KCAL TOTAL | 524 | 421 | 384 | 479 | 574 |
| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA DATA: 25/05/2026 | TERÇA-FEIRA DATA: 26/05/2026 | QUARTA-FEIRA DATA: 27/05/2026 | QUINTA-FEIRA DATA: 28/05/2026 | SEXTA-FEIRA DATA: 29/05/2026 |
| PRINCIPAL | MACARRÃO A BOLONHESA (PARAFUSO/CARNE MOÍDA) LEGUME REFOGADO (VAGEM/CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA) FRUTA - MELÃO | ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA (TIRAS/CEBOLA) LEGUMES GRATINADOS (CHUCHU/CENOURA/MOLHO BRANCO/MUSARELA) | ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA (BATATA/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) FRUTA - PONCÃ | ARROZ CARRETEIRO (TOMATE/CENOURA/VAGEM/CUBOS) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) FRUTA - MAÇÃ | PIZZA DE PÃO DE FORMA (EXTRATO/QUEIJO/PRESUNTO/TOMATE/OREGANO) SUCO DE POLPA MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (COMPLEMENTAÇÃO) |
| KCAL TOTAL | 432 | 508 | 621 | 428 | 651 |

| HORÁRIO DO SERVIMENTO | |
|-----------------------|---|
| PRINCIPAL MANHÃ | 2h após o início das atividades pedagógicas |
| PRINCIPAL TARDE | 2h após o início das atividades pedagógicas |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| Maria Cristina Anzolin de Aguiar Gerente de Alimentação Escolar | Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231 | Mirza A. Nakamura Kowakura Nutricionista CRN-8/1232 | Nathalia Assis Augusto Nutricionista - CRN8 10397 | 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 MAIO 2026 | | |
|---|------------|--------------|
| | QTD MENSAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 9.363 | 468 |
| PROT. (g) | 396 | 20 |
| LÍPIDIOS (g) | 213 | 11 |
| SAT. (g) | 64 | 3 |
| CARB. (g) | 1.441 | 72 |
| FIBRA (g) | 123 | 6 |
| CÁLCIO (mg) | 1.716 | 86 |
| MAGNÉSIO (mg) | 1.346 | 67 |
| FERRO (mg) | 52 | 3 |
| ZINCO (mg) | 47 | 2 |
| RETINOL (mcg) | 502 | 25 |
| VIT. C (mg) | 756 | 38 |
| SÓDIO (mg) | 10.950 | 548 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |



MAIO 2026



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO -



VALOR NUTRICIONAL SEMANAL

| SEMANA DE 04/05/2026 A 08/05/2026 | | | SEMANA DE 11/05/2026 A 15/05/2026 | | |
|-----------------------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|-------------|--------------|
| | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA | | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 2.381 | 476 | E. (KCAL) | 1.962 | 491 |
| PROT. (g) | 103 | 21 | PROT. (g) | 66 | 17 |
| PROT. (%) - 10% A 15% VET | 17 | | PROT. (%) - 10% A 15% VET | 13 | |
| LIPÍDEOS (g) | 60 | 12 | LIPÍDEOS (g) | 38 | 10 |
| LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET | 23 | | LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET | 17 | |
| SAT. (g) | 17 | 3 | SAT. (g) | 10 | 3 |
| CARB. (g) | 358 | 72 | CARB. (g) | 325 | 81 |
| CARB. (%) - 55% A 65% VET | 60 | | CARB. (%) - 55% A 65% VET | 66 | |
| FIBRA (g) | 34 | 7 | FIBRA (g) | 24 | 6 |
| CÁLCIO (mg) | 507 | 101 | CÁLCIO (mg) | 345 | 86 |
| MAGNÉSIO (mg) | 386 | 77 | MAGNÉSIO (mg) | 245 | 61 |
| FERRO (mg) | 15 | 3 | FERRO (mg) | 8 | 2 |
| ZINCO (mg) | 13 | 3 | ZINCO (mg) | 8 | 2 |
| RETINOL (mcg) | 99 | 20 | RETINOL (mcg) | 95 | 24 |
| VIT. C (mg) | 198 | 40 | VIT. C (mg) | 147 | 37 |
| SÓDIO (mg) | 2859 | 572 | SÓDIO (mg) | 2002 | 501 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 | GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |

| SEMANA DE 18/05/2026 A 22/05/2026 | | | SEMANA DE 25/05/2026 A 29/05/2026 | | |
|-----------------------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|-------------|--------------|
| | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA | | QTD SEMANAL | MÉDIA DIÁRIA |
| E. (KCAL) | 2.381 | 476 | E. (KCAL) | 2.638 | 528 |
| PROT. (g) | 105 | 21 | PROT. (g) | 122 | 24 |
| PROT. (%) - 10% A 15% VET | 18 | | PROT. (%) - 10% A 15% VET | 18 | |
| LIPÍDEOS (g) | 56 | 11 | LIPÍDEOS (g) | 59 | 12 |
| LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET | 21 | | LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET | 20 | |
| SAT. (g) | 17 | 3 | SAT. (g) | 20 | 4 |
| CARB. (g) | 360 | 72 | CARB. (g) | 399 | 80 |
| CARB. (%) - 55% A 65% VET | 60 | | CARB. (%) - 55% A 65% VET | 61 | |
| FIBRA (g) | 33 | 7 | FIBRA (g) | 33 | 7 |
| CÁLCIO (mg) | 315 | 63 | CÁLCIO (mg) | 548 | 110 |
| MAGNÉSIO (mg) | 377 | 75 | MAGNÉSIO (mg) | 338 | 68 |
| FERRO (mg) | 15 | 3 | FERRO (mg) | 14 | 3 |
| ZINCO (mg) | 12 | 2 | ZINCO (mg) | 13 | 3 |
| RETINOL (mcg) | 169 | 34 | RETINOL (mcg) | 139 | 28 |
| VIT. C (mg) | 197 | 39 | VIT. C (mg) | 215 | 43 |
| SÓDIO (mg) | 3241 | 648 | SÓDIO (mg) | 2848 | 570 |
| GORD. TRANS (g) | 0 | 0 | GORD. TRANS (g) | 0 | 0 |