

JUNHO 2026



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

CARDÁPIO CMEI INTEGRAL - EXECUTADO (C1, C2, C3, P4 e P5)

FAIXA ETÁRIA - 1 A 6 ANOS



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 01/06/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 02/06/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 03/06/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 04/06/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 05/06/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA) BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) SALADA DE FRUTA COM FLOCOS (MAMÃO/MAÇÃ)	CHÁ CLARO OU LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) BISCOITO DE POLVILHO FRUTA - MAMÃO	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU) LEGUMES REFOGADO (BETERRABA) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES E OREGANO (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO FILÉ DE FRANGO REFOGADO (FRANGO/CEBOLA) LEGUMES EM TIRAS (CENOURA/TOMATE) SALADA CRUA (ACELGA)	FERIADO	RECESSO
LANCHE DA TARDE	CHÁ CLARO OU LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) BISCOITO DE POLVILHO FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA) BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) SALADA DE FRUTA COM FLOCOS (MAMÃO/MAÇÃ)	FERIADO	RECESSO
JANTAR	ARROZ DE FORNO COM FRANGO (FRANGO/ABOBRINHA/OVO/VAGEM) LEGUMES REFOGADO (ABOBORA CABOTIÁ) SALADA CRUA (PEPINO)	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM CARNE SUINA (MOÍDA/REPOLHO/CENOURA/F.MANDIOCA) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA)	MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO E LEGUMES (COLORAU/MOÍDA/CENOURA/BROCOLIS) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - LARANJA	FERIADO	RECESSO
KCAL TOTAL	735	763	695	0	0
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 08/06/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 09/06/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 10/06/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 11/06/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 12/06/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MELÃO	CHÁ CLARO OU LEITE COM FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE FORMA OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ COM LARANJA	FERIADO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (FRANGO/BATATA DOCE/TOMATE) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO CARNE REFOGADA (MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (COUVE-FLORES) SALADA CRUA (ACELGA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES RALADOS (OVOS/CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	ARROZ POLENTA COM FRANGO MOLHO (COLORAU/FILÉ/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ACELGA) SALADA CRUA (TOMATE)	FERIADO
LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS SEM AÇÚCAR	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) BISCOITO + FRUTA - MAÇÃ	FERIADO
JANTAR	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA (CUBOS/ COLORAU) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALMEIRÃO OU ESCAROLA) FRUTA - LARANJA	ARROZ ESTROGONOFÉ DE FRANGO (FRANGO/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) FRUTA - MELÃO	MACARRÃO A BOLONHESA (COLORAU/MOÍDA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA) FRUTA - MAÇÃ	PÃO DE QUEIJO (4 POR ALUNO) LEITE QUENTE CREMOSO E COMO COMPLEMENTAÇÃO MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES ** SERVIR O MACARRÃO PARA O C1 E C2 SE NECESSÁRIO (MOÍDA/CENOURA/COLORAU)	FERIADO
KCAL TOTAL	837	671	725	956	0

* PARA ALUNOS DE PERÍODO PARCIAL O PÃO DE QUEIJO DEVERÁ SER SERVIDO NO PERÍODO DA MANHÃ

JUNHO 2026



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

CARDÁPIO CMEI INTEGRAL - EXECUTADO (C1, C2, C3, P4 e P5)

FAIXA ETÁRIA - 1 A 6 ANOS



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 15/06/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 16/06/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 17/06/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 18/06/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 19/06/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) BISCOITO + FRUTA - MELÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ) BISCOITO + FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) BISCOITO + FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE FORMA COM QUEIJO
ALMOÇO	ARROZ NHOQUE DE FRANGO DESFIADO COM LEGUMES (FILÉ/MILHO) FAROFA DE LEGUMES (F. MILHO/CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM MOLHO DE LEGUME (MANDIOCA/MOÍDA/COLORAU) SALADA CRUA (REPOLHO COM MAÇÃ RALADA)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA/OREGANO) LEGUME REFOGADO (BERINJELA) FRUTA - MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE REFOGADA (MOÍDA/CEBOLA/TOMATE) LEGUME REFOGADO (BATATA DOCE) SALADA REFOGADA (ESCAROLA OU ALMEIRÃO)	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA (TIRAS) LEGUME REFOGADO (COUVE- MANTEIGA) FRUTA - LARANJA
LANCHE DA TARDE	LEITE CREMOSO BISCOITO + FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) BISCOITO	SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ/BANANA/MAMÃO/LARANJA)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) PÃO DE FORMA COM QUEIJO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAÇÃ) BISCOITO + FRUTA - MELÃO
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS COZIDOS PICADOS SALADA REFOGADA (ESCAROLA) FRUTA - MAÇÃ	MACARRÃO COM ALMONDEGAS DE CARNE AO MOLHO (MOÍDA/COLORAU) SALADA CRUA (ACELGA/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO (SOBREC) LEGUME REFOGADO (CHUCHU/CENOURA)	MACARRÃO DE FORNO COM REQUEIJÃO, ERVILHA, TOMATE E CENOURA (EXTRATO/REQUEIJÃO) LEGUME REFOGADO (CENOURA) SALADA CRUA (ALFACE) FRUTA - PONCÃ	ARROZ POLENTA RECHEADA COM FRANGO DESFIADO (FILÉ/TOMATE/CENOURA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)
KCAL TOTAL	890	645	676	808	799

JUNHO 2026



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

CARDÁPIO CMEI INTEGRAL - EXECUTADO (C1, C2, C3, P4 e P5)

FAIXA ETÁRIA - 1 A 6 ANOS



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 22/06/2026	DATA: 23/06/2026	DATA: 24/06/2026	DATA: 25/06/2026	DATA: 26/06/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	CHÁ CLARO OU LEITE COM FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ) PÃO DE LEITE COM OVOS	MINGAU DE LEITE EM PÓ COM FLOCOS SEM AÇÚCAR E FRUTAS (MAMÃO/MAÇÃ)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/MAMÃO) FRUTA - MELÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/BANANA) BISCOITO + FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM MILHO (OVOS/COLORAU/MILHO) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA VERDE) SALADA COZIDA (CHUCHU)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES (MOÍDA/COLORAU/CENOURA) MILHO COZIDO COM MANTEIGA (MILHO/MANTEIGA) (PODE SER NA ESPIGA OU CORTADO)	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUME (ESPINAFRE/CENOURA/ERVILHA) SALADA COZIDA (BETERRABA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO REFOGADO (FRANGO/TOMATE) BATATA DOCE ASSADA (BATATA DOCE) SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (MOÍDA/CENOURA) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) SALADA COZIDA (BROCOLIS COM COUVE-FLOR)
LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) BISCOITO POLVILHO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/ABACATE) PÃO DE LEITE COM OVOS FRUTA - MAÇÃ	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) PÃO DE FORMA COM MANTEIGA FRUTA - BANANA	SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ/BANANA/MAMÃO/LARANJA)
JANTAR 	ARROZ CREME DE MANDIOCA COM (MANDIOCA/TOMATE/REQUEIJÃO/FRANGO) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA) FRUTA - LARANJA	MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/MOÍDA/ERVILHA) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM LEGUME EM TIRAS (CENOURA E VAGEM) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO E LEGUMES (CENOURA/COLORAU/INHAME)	BURACO QUENTE (PÃO DE LEITE/MOÍDA/TOMATE) QUENTÃO DE FRUTAS (CHÁ/MAÇÃ/PERA) CANJICA ADOÇADA COM MAÇÃ MACARRÃO COM CARNE (COMPLEMENTO)
KCAL TOTAL	764	919	728	646	534

* PARA ALUNOS DE PERÍODO PARCIAL O BURACO QUENTE DEVERÁ SER SERVIDO NO PERÍODO DA MANHÃ

JUNHO 2026



CARDÁPIO CMEI INTEGRAL - EXECUTADO (C1, C2, C3, P4 e P5)

FAIXA ETÁRIA - 1 A 6 ANOS



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 29/06/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 30/06/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 01/07/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 02/07/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 03/07/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) BISCOITO	LEITE COM FLOCOS SEM AÇÚCAR FRUTA - BANANA	CHÁ CLARO OU LEITE CREMOSO PÃO DE FORMA COM MANTEIGA
ALMOÇO	ARROZ FRANGO REFOGADO (SOBREC/TOMATE) SALADA DE MACARRÃO (CENOURA/MILHO/ERVILHA) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO (SOBREC/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA/ ABOBRINHA) SALADA CRUA (TOMATE)	ARROZ FEIJÃO POLENTA A BOLONHESA (MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA/TOMATE)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (COLORAU/TOMATE) PURÊ DE BATATAS (BATATA) SALADA CRUA (ALFACE)
LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/MAMÃO) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO) PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - MAÇÃ	CHÁ OU LEITE CREMOSO PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS SEM AÇÚCAR
JANTAR	ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/TOMATE/CENOURA/CARA) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (COLORAU/MOÍDA/CENOURA) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA)	ARROZ CHINÊS (OVO/CENOURA) FEIJÃO CARNE SUÍNA ACEBOLADA (MOÍDA/CEBOLA/CHEIRO VERDE) LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO (FRANGO/TOMATE/COLORAU) LEGUMES REFOGADOS (BROCOLIS/COUVE-FLOR) BOLO DE BANANA COM MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (MOÍDA/COLORAU/TOMATE) SALADA CRUA (TOMATE/PEPINO) FRUTA - BANANA
KCAL TOTAL	738	746	779	755	712

* NO CARDÁPIO DO DIA 26/06 A UNIDADE QUE ENTENDER A NECESSIDADE DE COMPLEMENTAÇÃO DO LANCHE PROPOSTO, PODERÁ FAZER A PREPARAÇÃO: MACARRÃO COM LEGUMES E CARNE MOÍDA

** ENTRE OS DIAS 22/06 A 01/07 - O CARDÁPIO ESTÁ VOLTADO PARA AS COMEMORAÇÕES DAS FESTIVIDADES JUNINAS - DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS GÊNEROS A UNIDADE ESCOLAR PODE REALIZAR OS PREPAROS ENTRE ESSA SEMANA ATÉ PRIMEIRA SEMANA DE JULHO.

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	15' antes das atividades pedagógicas
COLAÇÃO	1h após desjejum
PRINCIPAL MANHÃ	3h após o início das atividades pedagógicas
LANCHE DATARDE	2h após almoço
PRINCIPAL TARDE	2h após lanche da tarde

 Marieli Cristina Anzolin Alexandrino Gerente de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	 Mireia A. Nakamura Kawakita Nutricionista CRN-8/1212	 Nathalia Assis Augusto Nutricionista - CRN/8 10397	 Renata Perucelo Romero Nutricionista CRN8/2451
--	--	---	---	---

OBSERVAÇÕES:
PODERÁ PARA O C1 E C2 SE NECESSÁRIO UTILIZAR O CARDÁPIO PROPOSTO PARA O CB (BEIÇÁRIO) - ***
NÃO UTILIZAR AÇÚCAR, MEL E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA C1, C2 E C3

- * As FRUTAS do Desjejum também podem ser servidas como Colação (entre o Desjejum e o Almoço); As frutas que sobraem também 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 de maio de 2020 e nº20, de 02 de dezembro de 2020.

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JUNHO 2026		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	15.134	757
PROT. (g)	615	31
LIPÍDEOS (g)	502	25
SAT. (g)	88	4
CARB. (g)	2.058	103
FIBRA (g)	166	8
CÁLCIO (mg)	7.022	351
MAGNÉSIO (mg)	2.212	111
FERRO (mg)	74	4
ZINCO (mg)	68	3
RETINOL (mcg)	2.862	143
VIT. C (mg)	1.558	78
SÓDIO (mg)	16.274	814
GORD. TRANS (g)	0	0

A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado - amassado - picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno do CB / C1 ao C3.



JUNHO 2025



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

CARDÁPIO CMEI INTEGRAL - EXECUTADO (C1, C2, C3, P4 e P5)

FAIXA ETÁRIA - 1 A 6 ANOS



SEMANA DE 01/06/2026 A 05/06/2026			SEMANA DE 08/06/2026 A 12/06/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.026	756	E. (KCAL)	3.188	797
PROT. (g)	126	31	PROT. (g)	123	31
PROT. (%) - 10% A 15% VET	17		PROT. (%) - 10% A 15% VET	15	
LIPÍDEOS (g)	101	25	LIPÍDEOS (g)	116	29
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	30		LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	33	
SAT. (g)	16	4	SAT. (g)	16	4
CARB. (g)	409	102	CARB. (g)	417	104
CARB. (%) - 55% A 65% VET	54		CARB. (%) - 55% A 65% VET	52	
FIBRA (g)	34	8	FIBRA (g)	29	7
CÁLCIO (mg)	1385	346	CÁLCIO (mg)	1822	455
MAGNÉSIO (mg)	468	117	MAGNÉSIO (mg)	557	139
FERRO (mg)	15	4	FERRO (mg)	17	4
ZINCO (mg)	14	3	ZINCO (mg)	17	4
RETINOL (mcg)	565	141	RETINOL (mcg)	619	155
VIT. C (mg)	321	80	VIT. C (mg)	384	96
SÓDIO (mg)	3222	805	SÓDIO (mg)	3766	941
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 29/06/2026 A 03/07/2026			SEMANA DE 22/06/2026 A 26/06/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.538	508	E. (KCAL)	3.591	718
PROT. (g)	99	20	PROT. (g)	150	30
PROT. (%) - 10% A 15% VET	16		PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	
LIPÍDEOS (g)	72	14	LIPÍDEOS (g)	119	24
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	25		LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	30	
SAT. (g)	18	4	SAT. (g)	26	5
CARB. (g)	365	73	CARB. (g)	489	98
CARB. (%) - 55% A 65% VET	58		CARB. (%) - 55% A 65% VET	55	
FIBRA (g)	27	5	FIBRA (g)	45	9
CÁLCIO (mg)	876	175	CÁLCIO (mg)	1649	330
MAGNÉSIO (mg)	375	75	MAGNÉSIO (mg)	567	113
FERRO (mg)	18	4	FERRO (mg)	19	4
ZINCO (mg)	13	3	ZINCO (mg)	17	3
RETINOL (mcg)	441	88	RETINOL (mcg)	745	149
VIT. C (mg)	139	28	VIT. C (mg)	298	60
SÓDIO (mg)	2538	508	SÓDIO (mg)	3658	732
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 29/06/2026 A 03/07/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.484	297
PROT. (g)	66	13
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	
LIPÍDEOS (g)	45	9
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	27	
SAT. (g)	9	2
CARB. (g)	2027	405
CARB. (%) - 55% A 65% VET	546	
FIBRA (g)	18	4
CÁLCIO (mg)	755	151
MAGNÉSIO (mg)	229	46
FERRO (mg)	9	2
ZINCO (mg)	7	1
RETINOL (mcg)	325	65
VIT. C (mg)	257	51
SÓDIO (mg)	1607	321
GORD. TRANS (g)	0	0

DIETA ESPECIAL - CMEI - JUNHO 2026

ALERGIA AO LEITE DE VACA	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
LEITE	CHÁ OU SUCO DE FRUTAS (C/ ÁGUA) OU SUCO DE POLPA
VITAMINA DE FRUTA	SUCO DE FRUTAS (C/ ÁGUA) OU SUCO DE POLPA OU CHÁ
BISCOITO DE POLVILHO	BISCOITO SEM LEITE (PICCININI/RENATA/LIANE)
PÃO	PÃO SEM LEITE (ROMA)
PÃO COM MANTEIGA	PÃO SEM LEITE (ROMA) C/ OVOS
PÃO COM QUEIJO	PÃO SEM LEITE (ROMA) C/ OVOS
MINGAU DE LEITE EM PÓ COM FLOCOS SEM AÇÚCAR E FRUTAS	FLOCOS SEM AÇÚCAR E FRUTAS
PÃO DE QUEIJO	PÃO SEM LEITE (ROMA) C/ OVOS OU CARNE
ESTROGONOFE DE CARNE	CARNE REFOGADA
MACARRÃO DE FORNO COM CARNE, REQUEIJÃO, ERVILHA, TOMATE E CENOURA	MACARRÃO COM CARNE, ERVILHA, TOMATE E CENOURA
MILHO COZIDO COM MANTEIGA	MILHO COZIDO
PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA SEM LEITE E MANTEIGA
CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO	CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO SEM LEITE/REQUEIJÃO
CANJICA	DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR
BOLO DE BANANA COM MAÇÃ	BOLO SEM LEITE

ALERGIA OVO	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
BISCOITO DE POLVILHO	BISCOITO ÁGUA E SAL (PICCININI/RENATA/LIANE)
PÃO COM OVO	PÃO SEM OVO (ROMA) COM MANTEIGA OU REQUEIJÃO OU QUEIJO
ARROZ CHINÊS	ARROZ COM CENOURA
MACARRÃO	MACARRÃO SEM OVO (URBANO)
NHOQUE	MACARRÃO SEM OVO (URBANO)
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA OU FRANGO OU SUÍNA
MACARRÃO DE FORNO COM CARNE, REQUEIJÃO, ERVILHA, TOMATE E CENOURA	MACARRÃO SEM OVO (URBANO) COM CARNE, ERVILHA, TOMATE E CENOURA
SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE TIRAS E LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO SEM OVO (URBANO) COM FEIJÃO, CARNE TIRAS E LEGUMES
SALADA DE MACARRÃO	MACARRÃO SEM OVO (URBANO) COM CENOURA, MILHO E ERVILHA
BURACO QUENTE	PÃO SEM OVO (ROMA) COM CARNE MOÍDA E TOMATE
BOLO DE BANANA COM MAÇÃ	BOLO SEM OVO

INTOLERÂNCIA À LACTOSE	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
LEITE	LEITE SEM LACTOSE (CCGL) OU CHÁ OU SUCO DE FRUTAS (C/ ÁGUA) OU SUCO DE POLPA
VITAMINA DE FRUTA	VITAMINA DE FRUTA C/ LEITE SEM LACTOSE (CCGL) OU SUCO DE FRUTAS (C/ ÁGUA) OU SUCO DE POLPA OU CHÁ
BISCOITO DE POLVILHO	BISCOITO SEM LEITE (PICCININI/RENATA/LIANE)
PÃO	PÃO SEM LEITE (ROMA)
PÃO COM MANTEIGA	PÃO SEM LEITE (ROMA) C/ OVOS
PÃO COM QUEIJO	PÃO SEM LEITE (ROMA) C/ OVOS
MINGAU DE LEITE EM PÓ COM FLOCOS SEM AÇÚCAR E FRUTAS	MINGAU DE LEITE EM PÓ SEM LACTOSE (CCGL) COM FLOCOS SEM AÇÚCAR E FRUTAS
PÃO DE QUEIJO	PÃO SEM LEITE (ROMA) C/ OVOS OU CARNE
ESTROGONOFE DE CARNE	ESTROGONOFE COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) OU CARNE REFOGADA
MACARRÃO DE FORNO COM CARNE, REQUEIJÃO, ERVILHA, TOMATE E CENOURA	MACARRÃO COM CARNE, ERVILHA, TOMATE E CENOURA
MILHO COZIDO COM MANTEIGA	MILHO COZIDO
PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA SEM LEITE E MANTEIGA
CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO	CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO SEM LEITE/REQUEIJÃO
CANJICA	CANJICA COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL)
BOLO DE BANANA COM MAÇÃ	BOLO SEM LEITE

DIABETES	
PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
PÃO	PÃO INTEGRAL (ROMA)
BURACO QUENTE	PÃO INTEGRAL (ROMA) COM MOÍDA E TOMATE
ARROZ	ARROZ INTEGRAL (SOLITO)
MACARRÃO	MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANI/LIANE)
* O CONSUMO DE ALIMENTOS FONTE DE CARBOIDRATO (PÃO, BISCOITO, ARROZ, MACARRÃO, NHOQUE, PURÊ, TORTA, FAROFA, POLENTA, BOLO SEM AÇÚCAR, BATATA, BATATA DOCE E/OU MANDIOCA, DEVE SER MODERADO	