

JULHO
2026



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: 29/06/2026	DATA: 30/06/2026	DATA: 01/07/2026	DATA: 02/07/2026	DATA: 03/07/2026
PRINCIPAL	ARROZ FRANGO REFOGADO (SOBREC/TOMATE) SALADA DE MACARRÃO (CENOURA/MILHO/ERVILHA/PRESUNTO/MAIONESE) SALADA CRUA (REPOLHO) FRUTA -MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA) SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA) FRUTA - LARANJA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (COLORAU/MOÍDA/CENOURA/BROCOLIS) LEGUME REFOGADO (ABOBRINHA) BOLO DE FUBÁ COM DOCE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO (FRANGO/COLORAU) LEGUME REFOGADO (COUVE-FLOR)	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (MOÍDA/EXTRATO) SALADA CRUA (TOMATE/REPOLHO) FRUTA - BANANA
KCAL TOTAL	336	322	414	278	327
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 06/07/2026	DATA: 07/07/2026	DATA: 08/07/2026	DATA: 09/07/2026	DATA: 10/07/2026
PRINCIPAL	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (MOÍDA/CENOURA/COLORAU/CUBOS) SALADA CRUA (ACELGA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUME (BROCOLIS/ERVILHA) SALADA COZIDA (BETERRABA) FRUTA - PONCÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO (FRANGO/COLORAU) BATATA RÚSTICA (BATATA DOCE) SALADA CRUA (REPOLHO)	ARROZ POLENTA A BOLONHESA (MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (MILHO/ERVILHA)	ARROZ CASSOULET (FEIJÃO/TIRAS SUÍNA/MOÍDA BOVINA/EXTRATO) FAROFÁ DE LEGUMES (CENOURA/MILHO)
KCAL TOTAL	299	341	353	261	351
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 13/07/2026	DATA: 14/07/2026	DATA: 15/07/2026	DATA: 16/07/2026	DATA: 17/07/2026
PRINCIPAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
KCAL TOTAL	0	0	0	0	0

JULHO 2026



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO ESPECIAL FILANTRÓPICO -



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 20/07/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 21/07/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 22/07/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 23/07/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 24/07/2026
PRINCIPAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
KCAL TOTAL	0	0	0	0	0
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 27/07/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 28/07/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 29/07/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 30/07/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 31/07/2026
PRINCIPAL	ESTUDO E PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO	MACARRÃO A BOLONHESA (MOÍDA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (MILHO)	ARROZ COM ERVILHA FEIJÃO POLENTA COM RAGU DE CARNE (FRANGO/COLORAU)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM LEGUMES (FRANGO/ABOBRINHA) SALADA CRUA (ALFACE)	ARROZ CARRETEIRO (TIRAS/ARROZ/CENOURA/TOMATE) SALADA CRUA (REPOLHO) FRUTA - MAÇÃ
KCAL TOTAL	0	352	345	309	270

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 Clotilde Aparecida de Souza Técnic de Alimentação Escolar	 Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	 Mirza A. Nakamura Kuwahara Nutricionista CRN-8/1212	 Nathalia Assis Augusto Nutricionista - CRN/8 10397	 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,

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE JULHO 2026		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.901	325
PROT. (g)	161	13
LIPÍDEOS (g)	79	7
SAT. (g)	23	2
CARB. (g)	630	53
FIBRA (g)	58	5
CÁLCIO (mg)	467	39
MAGNÉSIO (mg)	618	52
FERRO (mg)	23	2
ZINCO (mg)	19	2
RETINOL (mcg)	167	14
VIT. C (mg)	218	18
SÓDIO (mg)	3.846	320
GORD. TRANS (g)	0	0



JULHO 2026



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 29/06/2026 A 03/07/2026			SEMANA DE 06/07/2026 A 10/07/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.677	335	E. (KCAL)	1.605	321
PROT. (g)	66	13	PROT. (g)	65	13
PROT. (%) - 10% A 15% VET	16		PROT. (%) - 10% A 15% VET	16	
LIPÍDEOS (g)	35	7	LIPÍDEOS (g)	34	7
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	19		LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	19	
SAT. (g)	9	2	SAT. (g)	10	2
CARB. (g)	278	56	CARB. (g)	261	52
CARB. (%) - 55% A 65% VET	66		CARB. (%) - 55% A 65% VET	65	
FIBRA (g)	25	5	FIBRA (g)	26	5
CÁLCIO (mg)	223	45	CÁLCIO (mg)	226	45
MAGNÉSIO (mg)	267	53	MAGNÉSIO (mg)	250	50
FERRO (mg)	10	2	FERRO (mg)	10	2
ZINCO (mg)	8	2	ZINCO (mg)	8	2
RETINOL (mcg)	64	13	RETINOL (mcg)	101	20
VIT. C (mg)	97	19	VIT. C (mg)	105	21
SÓDIO (mg)	1787	357	SÓDIO (mg)	1743	349
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 28/07/2026 A 31/07/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	1.276	319
PROT. (g)	57	14
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	
LIPÍDEOS (g)	24	6
LIPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	17	
SAT. (g)	7	2
CARB. (g)	198	49
CARB. (%) - 55% A 65% VET	62	
FIBRA (g)	18	4
CÁLCIO (mg)	128	32
MAGNÉSIO (mg)	190	47
FERRO (mg)	7	2
ZINCO (mg)	7	2
RETINOL (mcg)	46	12
VIT. C (mg)	86	22
SÓDIO (mg)	1128	282
GORD. TRANS (g)	0	0