

OUTUBRO 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: 28/09/2026	DATA: 29/09/2026	DATA: 30/09/2026	DATA: 01/10/2026	DATA: 02/10/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA) PÃO COM REQUEIJÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) FRUTA - ABACATE COM LARANJA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) BISCOITO COM REQUEIJÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE) FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE FORMA TORRADO COM OVOS MEXIDOS
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (TOMATE/COLORAU) LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (OVOS/CENOURA) SALADA CRUA (ESCAROLA)	ARROZ FEIJÃO VACA ATOLADA (CUBOS/MANDIOCA/COLORAU) LEGUME REFOGADO (ALMEIRÃO) FRUTA - LARANJA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PICADINHO CARNE (TIRAS/TOMATE) FAROFÁ DE BISCOITO ÁGUA E SAL (CENOURA/TOMATE/CEBOLA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO AO MOLHO DE LARANJA (SOBREC) SALADA CRUA (ALFACE)
LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) BISCOITO COM REQUEIJÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA) PÃO COM REQUEIJÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ) FRUTA - PERA COM LARANJA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAÇÃ/BANANA) PÃO DE FORMA TORRADO COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE) FRUTA - BANANA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA) LEGUME REFOGADO (COUVE-MANTEIGA) FRUTA - MAÇÃ	MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E LEGUMES (CUBOS/COLORAU/CENOURA) SALADA CRUA (TOMATE) FRUTA - LARANJA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO LASANHA DE ABOBRINHA COM CARNE (ABOBRINHA/CARNE MOÍDA/QUEIJO) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO BRANCO E BROCOLIS (FRANGO/BROCOLIS) LEGUME REFOGADO (BETERRABA) BOLO MAÇÃ COM BANANA	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (CARNE MOÍDA/COLORAU) LEGUME ASSADO EM PALITO (BATATA DOCE)
KCAL TOTAL	807	754	758	919	674
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	DATA: 05/10/2026	DATA: 06/10/2026	DATA: 07/10/2026	DATA: 08/10/2026	DATA: 09/10/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE) FRUTA - PERA	LEITE OU SUCO DE POLPA PÃO DE FORMA TORRADO COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) BISCOITO	LEITE OU SUCO VERMELHO (BETERRABA/LARANJA) FRUTA - BANANA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MORANGO) BISCOITO DE POLVILHO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (TIRAS/VAGEM) LEGUME REFOGADO (COUVE-FLORES)	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA COM MANDIOCA (TIRAS/MANDIOCA) LEGUME REFOGADO (ESCAROLA)	ARROZ INTEGRAL ESTROGONOFE DE CARNE (TIRAS/COLORAU) BATATA RÚSTICA LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS LEGUME REFOGADO (ACELGA/CENOURA) FRUTA - MORANGO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (DESFIADO/CENOURA) SALADA CRUA (ALFACE/TOMATE)
LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) BISCOITO DE POLVILHO	LEITE OU CHÁ CLARO FRUTA - PERA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE) PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU CHÁ CLARO BOLO DE LARANJA
JANTAR	ARROZ NHOQUE COM CARNE MOÍDA (MOÍDA/EXTRATO) SALADA CRUA (ACELGA/CENOURA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OVOS COZIDOS PICADOS OU CORTADO AO MEIO LEGUME REFOGADO (CHUCHU/CENOURA) FRUTA - LARANJA	MACARRÃO COM FRANGO E LEGUME (DESFIADO/CENOURA) LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE) FRUTA - PERA	ARROZ FRANGO REFOGADO COM LEGUMES (FILÉ/ABOBRINHA/ERVILHA/CENOURA) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE) BOLO DE LARANJA	BURACO QUENTE (PÃO DE LEITE/CARNE MOÍDA/COLORAU) SUCO DE POLPA FRUTA - MORANGO * MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES
KCAL TOTAL	655	597	819	645	520

* O MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES É SERVIDO COMO COMPLEMENTO DO LANCHE PRINCIPAL CASO NECESSÁRIO.

** PARA AS UNIDADES COM TURMAS PARCIAIS PODE SER REALIZADO A TROCA DA REFEIÇÃO PRINCIPAL DA MANHÃ PELA TARDE.

OUTUBRO

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: 12/10/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 13/10/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 14/10/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 15/10/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 16/10/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	Feliz dia das Crianças ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - GAE	Feliz dia dos Professores 15/10 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - GAE	LEITE OU MILKSHAKE DE FRUTA (LEITE/BANANA CONGELADA/POLPA DE FRUTA)	FLOCOS COM LEITE	LEITE OU MILKSHAKE DE FRUTA (LEITE/BANANA CONGELADA/POLPA DE FRUTA)
ALMOÇO			BISCOITO		PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS
LANCHE DA TARDE			ARROZ FEIJÃO OVOS AO MOLHO DE TOMATE (TOMATE/COLORAU/CHEIRO VERDE)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (MOÍDA/COLORAU)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (DESEFIADO/CENOURA)
JANTAR			LEGUME REFOGADO (CHUCHU/ CENOURA)	LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	LEGUME REFOGADO (ABÓBORA CABOTIÁ)
			FRUTA - MAÇÃ		
			LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO)	LEITE OU MILKSHAKE DE FRUTA (LEITE/BANANA CONGELADA/POLPA DE FRUTA)	FLOCOS COM LEITE
			PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	BISCOITO	
			ARROZ POLENTA COM FRANGO AO MOLHO (COLORAU/FILÉ/COLORAU)	PÃO DE QUEIJO CHÁ CLARO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUME (COLORAU/CENOURA)
			LEGUME REFOGADO (REPOLHO)	* MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES (MOÍDA/CENOURA/ABOBRINHA/BATATA)	LEGUME REFOGADO (CHUCHU)
KCAL TOTAL			774,19	967,59	618,76
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA DATA: 19/10/2026	TERÇA-FEIRA DATA: 20/10/2026	QUARTA-FEIRA DATA: 21/10/2026	QUINTA-FEIRA DATA: 22/10/2026	SEXTA-FEIRA DATA: 23/10/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (MAMÃO/MAÇÃ)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE)	LEITE OU MILKSHAKE DE FRUTA (LEITE/BANANA CONGELADA/POLPA DE FRUTA)	LEITE OU SUCO VERMELHO (BETERRABA/LARANJA)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MORANGO)
	BISCOITO	FRUTA - MAMÃO	BISCOITO + FRUTA - PERA	FRUTA - BANANA	PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (TIRAS/VAGEM)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (DESEFIADO/TOMATE/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE SUÍNA ACEBOLADA (TIRAS/CEBOLA)	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE CARNE (TIRAS/COLORAU)
	LEGUME REFOGADO (ESCAROLA)	LEGUME REFOGADO (VAGEM E CENOURA)	SALADA CRUA (ACELGA)	LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	LEGUME REFOGADO (ESCAROLA)
	FRUTA - LARANJA		FRUTA - MORANGO/MAÇÃ		FRUTA - MAÇÃ
LANCHE DA TARDE	LEITE OU MILKSHAKE DE FRUTA (LEITE/BANANA CONGELADA/POLPA DE FRUTA)	LEITE OU CHÁ CLARO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO/MAÇÃ)	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE/MAÇÃ)	LEITE OU SUCO DE POLPA
	FRUTA - PERA	BISCOITO + FRUTA - BANANA	BISCOITO	PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	FRUTA - MAMÃO
JANTAR	ARROZ	MACARRÃO DE FORNO COM CARNE, ERVILHA, TOMATE E CENOURA (MOÍDA/COLORAU)	ARROZ CARRETEIRO (TIRAS/TOMATE)	MACARRÃO COM FRANGO DESEFIADO E LEGUMES (COLORAU/DESEFIADO/CENOURA/ COUVE-FLORES)	ARROZ
	FEIJÃO	SALADA CRUA (TOMATE/PEPINO)	BATATA RÚSTICA (BATATA DOCE)	SALADA CRUA (ALFACE/PEPINO)	FEIJÃO
	OVOS MEXIDOS	FRUTA - LARANJA	SALADA CRUA (REPOLHO/CENOURA)	FRUTA - MORANGO	FRANGO REFOGADO (CUBOS)
	LEGUME REFOGADO (CENOURA/ACELGA)				LEGUME REFOGADO (VAGEM/ CENOURA)
KCAL TOTAL	743	718	801	706	640

* O MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES É SERVIDO COMO COMPLEMENTO DO LANCHE PRINCIPAL CASO NECESSÁRIO.

** PARA AS UNIDADES COM TURMAS PARCIAIS PODE SER REALIZADO A TROCA DA REFEIÇÃO PRINCIPAL DA MANHÃ PELA TARDE.

OUTUBRO 2026



PREFEITURA MUNICIPAL 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: 26/10/2026	DATA: 27/10/2026	DATA: 28/10/2026	DATA: 29/10/2026	DATA: 30/10/2026
DESJEJUM / COLAÇÃO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	FLOCOS COM LEITE FRUTA - PERA	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) BISCOITO	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (BANANA/MAMÃO) FRUTA - BANANA	LEITE OU CHÁ CLARO PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES (ABOBRINHA/TOMATE) SALADA CRUA (RÚCULA) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA SUÍNA REFOGADA (MOÍDA/TOMATE/CEBOLA) LEGUME REFOGADO (COUVE) FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUME (TIRAS/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME (FILÉ/REPOLHO) LEGUME REFOGADO (BRÓCOLIS/CENOURA)	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE (MOÍDA) SALADA CRUA (ALFACE/PEPINO)
LANCHE DA TARDE	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA (ABACATE/BANANA) BISCOITO	LEITE OU CHÁ GELADO PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE) FRUTA - MAMÃO	LEITE OU CHÁ CLARO PÃO DE FORMA COM OVOS MEXIDOS	LEITE OU VITAMINA DE FRUTA OU CREME (ABACATE) FRUTA - BANANA
JANTAR	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO AO MOLHO (COLORAU/FILÉ/COLORAU) LEGUME REFOGADO (REPOLHO) SALADA CRUA (TOMATE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA (REFOGADO/BATATA/TOMATE) SALADA CRUA (PEPINO/TOMATE)	MACARRÃO COM CARNE E LEGUME (MOÍDA/CENOURA) SALADA CRUA (ACELGA/TOMATE) FRUTA - MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO MUFFIN DE OVOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA) LEGUME REFOGADO (ESPINAFRE)	ARROZ CHINÊS (OVO/CENOURA) FRANGO EM CUBOS LEGUME REFOGADO (REPOLHO) FRUTA - PERA
KCAL TOTAL	885	591	655	790	829

**** PARA AS UNIDADES COM TURMAS PARCIAIS PODE SER REALIZADO A TROCA DA REFEIÇÃO PRINCIPAL DA MANHÃ PELA TARDE.**

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

<i>José Marques Ferreira</i> Josué Marques Ferreira Gerente de Alimentação Escolar	<i>Beatriz Lourenço Nunes</i> Beatriz Lourenço Nunes Nutricionista CRN8/231	<i>Marta A. Sakumura Kawahara</i> Marta A. Sakumura Kawahara Nutricionista CRN-8/1232	<i>Nathalia Assis Augusto</i> Nathalia Assis Augusto Nutricionista - CRN/8 10397	<i>Renata Perucello Romero</i> Renata Perucello Romero Nutricionista CRN8/2451
--	---	---	--	--

OBSERVAÇÕES:
PODERÁ PARA O C1 E C2 SE NECESSÁRIO UTILIZAR O CARDÁPIO PROPOSTO PARA O CB (BERCÁRIO) - * 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 OUTUBRO 2026		
	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	14.415	721
PROT. (g)	627	31
LÍPIDIOS (g)	460	23
SAT. (g)	88	4
CARB. (g)	1.973	99
FIBRA (g)	170	8
CÁLCIO (mg)	5.572	279
MAGNÉSIO (mg)	2.290	114
FERRO (mg)	81	4
ZINCO (mg)	67	3
RETINOL (mcg)	2.235	112
VIT. C (mg)	1.008	50
SÓDIO (mg)	17.332	867
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.



OUTUBRO 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



SEMANA DE 28/09/2026 A 02/10/2026			SEMANA DE 05/10/2026 A 09/10/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.912	782	E. (KCAL)	3.253	651
PROT. (g)	150	30	PROT. (g)	143	29
PROT. (%) - 10% A 15% VET	15		PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	
LÍPÍDEOS (g)	125	25	LÍPÍDEOS (g)	108	22
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	29		LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	30	
SAT. (g)	26	5	SAT. (g)	22	4
CARB. (g)	564	113	CARB. (g)	432	86
CARB. (%) - 55% A 65% VET	58		CARB. (%) - 55% A 65% VET	53	
FIBRA (g)	52	10	FIBRA (g)	37	7
CÁLCIO (mg)	1687	337	CÁLCIO (mg)	1205	241
MAGNÉSIO (mg)	607	121	MAGNÉSIO (mg)	510	102
FERRO (mg)	20	4	FERRO (mg)	19	4
ZINCO (mg)	17	3	ZINCO (mg)	16	3
RETINOL (mcg)	681	136	RETINOL (mcg)	494	99
VIT. C (mg)	258	52	VIT. C (mg)	245	49
SÓDIO (mg)	4041	808	SÓDIO (mg)	3872	774
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 14/10/2026 A 16/10/2026			SEMANA DE 19/10/2026 A 23/10/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA		QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	2.479	826	E. (KCAL)	3.607	721
PROT. (g)	94	31	PROT. (g)	157	31
PROT. (%) - 10% A 15% VET	15		PROT. (%) - 10% A 15% VET	17	
LÍPÍDEOS (g)	88	29	LÍPÍDEOS (g)	106	21
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	32		LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	26	
SAT. (g)	12	4	SAT. (g)	21	4
CARB. (g)	334	111	CARB. (g)	516	103
CARB. (%) - 55% A 65% VET	54		CARB. (%) - 55% A 65% VET	57	
FIBRA (g)	29	10	FIBRA (g)	47	9
CÁLCIO (mg)	929	310	CÁLCIO (mg)	1326	265
MAGNÉSIO (mg)	278	93	MAGNÉSIO (mg)	616	123
FERRO (mg)	16	5	FERRO (mg)	21	4
ZINCO (mg)	13	4	ZINCO (mg)	17	3
RETINOL (mcg)	413	138	RETINOL (mcg)	485	97
VIT. C (mg)	70	23	VIT. C (mg)	314	63
SÓDIO (mg)	3433	1144	SÓDIO (mg)	4024	805
GORD. TRANS (g)	0	0	GORD. TRANS (g)	0	0

SEMANA DE 26/10/2026 A 30/10/2026		
	QTD SEMANAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	3.869	774
PROT. (g)	179	36
PROT. (%) - 10% A 15% VET	18	
LÍPÍDEOS (g)	117	23
LÍPÍDEOS (%) - 15% A 30% VET	27	
SAT. (g)	26	5
CARB. (g)	531	106
CARB. (%) - 55% A 65% VET	55	
FIBRA (g)	48	10
CÁLCIO (mg)	158	32
MAGNÉSIO (mg)	652	130
FERRO (mg)	26	5
ZINCO (mg)	20	4
RETINOL (mcg)	597	119
VIT. C (mg)	366	73
SÓDIO (mg)	4798	960
GORD. TRANS (g)	0	0

DIETA ESPECIAL - CMEI/CEI INTEGRAL - OUTUBRO 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
LEITE COM POLPA	SUCO DE FRUTAS (C/ ÁGUA) OU SUCO DE POLPA OU CHÁ
BISCOITO (C/ LEITE) E BISCOITO DE POLVILHO	BISCOITO <u>SEM</u> LEITE (PICCININI/RENATA/LIANE)
BISCOITO COM REQUEIJÃO	BISCOITO SEM LEITE (PICCININI/RENATA/LIANE) COM OVO
PÃO COM LEITE	PÃO SEM LEITE (ROMA)
PÃO TORRADO COM OVOS MEXIDOS	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM OVOS MEXIDOS
PÃO COM REQUEIJÃO	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM OVOS
ESTROGONOFE DE CARNE	CARNE REFOGADA
MUFFIM DE OVOS COM LEGUMES	MUFFIM DE OVOS COM LEGUMES SEM QUEIJO
LASANHA DE ABOBRINHA COM CARNE	LASANHA DE ABOBRINHA COM CARNE SEM QUEIJO
ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE	ESCONDIDINHO SEM LEITE E SEM MANTEIGA
PÃO DE QUEIJO	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM OVOS
BURACO QUENTE	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM MOÍDA
FAROFA DE BISCOITO ÁGUA E SAL	FAROFA DE BISCOITO ÁGUA E SAL SEM MANTEIGA
BOLO DE MAÇÃ COM BANANA	BOLO DE MAÇÃ COM BANANA SEM LEITE
BOLO DE LARANJA	BOLO DE LARANJA SEM LEITE



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
LEITE COM POLPA	LEITE SEM LACTOSE (CCGL) COM POLPA OU SUCO DE POLPA OU CHÁ
BISCOITO (C/ LEITE) E BISCOITO DE POLVILHO	BISCOITO <u>SEM</u> LACTOSE (PICCININI/RENATA/LIANE)
BISCOITO COM REQUEIJÃO	BOLACHA/BISCOITO SEM LEITE (PICCININI/RENATA/LIANE) COM OVO
PÃO COM LEITE	PÃO SEM LEITE (ROMA)
PÃO TORRADO COM OVOS MEXIDOS	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM OVOS MEXIDOS
PÃO COM REQUEIJÃO	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM OVOS
ESTROGONOFE DE CARNE	ESTROGONOFE DE CARNE COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) E SEM MANTEIGA
MUFFIM DE OVOS COM LEGUMES	MUFFIM DE OVOS COM LEGUMES SEM QUEIJO
LASANHA DE ABOBRINHA COM CARNE	LASANHA DE ABOBRINHA COM CARNE SEM QUEIJO
ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE	ESCONDIDINHO COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL) E SEM MANTEIGA
PÃO DE QUEIJO	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM OVOS
BURACO QUENTE	PÃO SEM LEITE (ROMA) COM MOÍDA
FAROFA DE BISCOITO ÁGUA E SAL	FAROFA DE BISCOITO ÁGUA E SAL SEM MANTEIGA
BOLO DE MAÇÃ COM BANANA	BOLO DE MAÇÃ COM BANANA COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL)
BOLO DE LARANJA	BOLO DE LARANJA COM LEITE SEM LACTOSE (CCGL)

ALERGIA OVO

PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
BISCOITO DE POLVILHO	BISCOITO ÁGUA E SAL (PICCININI/RENATA/LIANE)
PÃO DE FORMA TORRADO COM OVOS MEXIDOS	PÃO TORRADO SEM OVO (ROMA) COM MANTEIGA OU REQUEIJÃO, QUEIJO OU PRESUNTO OU FRANGO, OU CARNE
BOLO DE MAÇÃ COM LARANJA	BOLO DE MAÇÃ COM LARANJA SEM OVOS
OVOS / OVOS MEXIDOS / OMELETE	CARNE BOVINA <u>OU</u> FRANGO <u>OU</u> SUÍNA
OVOS MEXIDOS/OMELETE COM LEGUMES	CARNE BOVINA <u>OU</u> FRANGO <u>OU</u> SUÍNA COM LEGUMES
PÃO DE QUEIJO	PÃO SEM OVO (ROMA) COM QUEIJO OU OVOS
MUFFIM DE OVOS COM LEGUMES	LEGUMES REFOGADOS
ARROZ CHINÊS	ARROZ COM CENOURA
MACARRÃO	MACARRÃO SEM OVO (URBANO)
MACARRÃO COM CARNE MOÍDA/FRANGO E LEGUMES	MACARRÃO SEM OVO (URBANO) COM CARNE MOÍDA/FRANGO E LEGUMES
NHOQUE COM CARNE MOÍDA	MACARRÃO SEM OVO (URBANO) COM CARNE MOÍDA
BOLO DE MAÇÃ COM BANANA	BOLO DE MAÇÃ COM BANANA SEM OVO
BOLO DE LARANJA	BOLO DE LARANJA SEM OVO

DIABETES

PREPARAÇÃO CARDÁPIO GERAL	PREPARAÇÃO DE DIETA ESPECIAL
PÃO	PÃO INTEGRAL (ROMA)
PÃO DE FORMA TORRADO COM OVOS MEXIDOS	PÃO INTEGRAL (ROMA) TORRADO COM OVOS MEXIDOS
ARROZ	ARROZ INTEGRAL (SOLITO)
MACARRÃO	MACARRÃO INTEGRAL (FLORIANE/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	