



PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTA GROSSA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



**CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL - TEMPO PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)**  
**FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos** **DIABETES** **MÊS: NOVEMBRO - 2020**

Horário das refeições	Manhã: 10 às 10:45 horas	Tarde: 14:45 às 15: 30 horas	CHO = 41,3 g	VET = 300 kcal
<b>2ª feira</b>	<b>3ª feira</b>	<b>4ª feira</b>	<b>5ª feira</b>	<b>6ª feira</b>
<b>02/11/2020</b>	<b>03/11/2020</b>	<b>04/11/2020</b>	<b>05/11/2020</b>	<b>06/11/2020</b>
<b>FERIADO</b>	Frapê de abacaxi	Biscoito salgado integral	Leite com café	Salada de alface
<b>FERIADO</b>	Torta salgada (carne moída fran	Vitamina de frutas c/ aveia	<b>Bolo caseiro</b>	Polenta c/ molho de carne
<b>FERIADO</b>	Banana			Morgot
<b>FERIADO</b>	351,7 kcal	331,5 kcal	347,5 kcal	307,9 kcal
<b>FERIADO</b>	53,7 g CHO	47,7 g CHO	50,6 g CHO	55,8 g CHO
<b>09/11/2020</b>	<b>10/11/2020</b>	<b>11/11/2020</b>	<b>12/11/2020</b>	<b>13/11/2020</b>
Cachorro quente	Canjica c/ adoçante	Cereal integral com leite	Suco de laranja	Sopa de legumes/massa, carne
Suco	Banana	Mamão	Quibe assado (c. bovina)	Pão
261,6 kcal	324,1 kcal	268,0 kcal	Melão 294,5 kcal	Melancia 290,5 kcal
40,3 g CHO	51,5 g CHO	40,7 g CHO	46,6 g CHO	48,3 g CHO
<b>16/11/2020</b>	<b>17/11/2020</b>	<b>18/11/2020</b>	<b>19/11/2020</b>	<b>20/11/2020</b>
Creme de legumes	Arroz doce c/ adoçante	Frapê de maçã	Chá mate c/ leite	Salada de couve
Pão	Maçã	Cookies diet	Bolo nega maluca	Quirera com frango
Laranja 274,1 kcal	312,3 kcal	Banana 311,8 kcal	Melão 303,3 kcal	Melancia 302,0 kcal
45,6 g CHO	54,3 g CHO	45,8 g CHO	45,8 g CHO	50,8 g CHO
<b>23/11/2020</b>	<b>24/11/2020</b>	<b>25/11/2020</b>	<b>26/11/2020</b>	<b>27/11/2020</b>
Frapê de abacaxi	Vitamina de frutas	Quibe assado	Cereal integral com iogurte	Arroz doce c/ adoçante
Ovos mexidos	Cookies diet	Frapê de maçã		Maçã
Pão de forma	Banana	Pêssego		
370,9 kcal	372,9 kcal	374,0 kcal	295,3 kcal	312,2 kcal
43,8 g CHO	58,3 g CHO	43,3 g CHO	52,0 g CHO	54,3 g CHO
<b>30/11/2020</b>				
Canja de galinha (arroz, batata, cenoura, frango)				
Pão f. leite 269,8 kcal				
Suco 46,9 g CHO				

Havendo disponibilidade, poderá ser servido **leite desnatado, arroz integral, macarrão integral, biscoito integral**, substituindo os alimentos normais.

Quando tiver **pão integral**, reservar um pacote para o aluno diabético consumir durante a semana.

O aluno diabético pode consumir preparações com açúcar simples, desde que não ultrapasse as recomendações diárias (8g/dia = 1 e 1/2 colher de chá)

Não oferecer repetição de pratos para o aluno diabético.

A porção de **bolo formulado e torta** será **metade** da porção normal.

A porção de **banana** deverá ser a **metade** da porção normal.

No SAGU usar suco concentrado sem açúcar sabor UVA

No SUCO e no FRAPÊ **não usar o suco de morango adoçado.**

**LEGENDA: os itens em vermelho, são as preparações alteradas no cardápio especial diabetes, quando comparadas ao cardápio normal.**

NUTRICIONISTAS: ELAINE FERNANDES PUPO CRN 8 - 103

ALINE GEBELUKA CRN 8 - 1992

Elaine Fernandes Pupo  
NUTRICIONISTA  
CRN 8 - 103

Aline Gebeluka  
NUTRICIONISTA  
CRN 8 - 1992  
Alimentação Escolar - PUGRO