



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



CARDÁPIO CRECHE (1 - 3 anos) MÊS: ABRIL/2021

| | | CAFÉ DA MANHÃ (8 às 8:45 h) | | | | ALMOÇO (10:45 às 12 h) | | | | | |
|------------------------|-------------------|------------------------------|---------------|------------|---------------------------------|------------------------|-------|--------|-----------|------------|--|
| Data | Bebida | Pão /outros | Recheio | Kcal | Carne | Guarnição | Arroz | Feijão | Sobremesa | Kcal | |
| Seg | | | | | | | | | | | |
| Ter | | | | | | | | | | | |
| Qua | | | | | | | | | | | |
| 1 Qui | Achocolatado | Pão bisnaguinha | Requeijão | 198 | Carne moída bovina refogada | Couve refogada | Arroz | Preto | Mamão | 193 | |
| 2 Sex | Paixão | | | | | | | | | | |
| 5 Seg | Leite c/ café pó | Biscoito cream cracker | | 202 | Isclas de coxão mole ao sugo | Batata ensopada | Arroz | Preto | Abacaxi | 229 | |
| 6 Ter | Chá mate c/leite | Pão bisnaguinha | Creme vegetal | 200 | Coxa-sobrecoxa assada | Repolho refogado | Arroz | Preto | Caqui | 215 | |
| 7 Qua | Achocolatado | Pão integral | Requeijão | 186 | Carne moída pernil suíno sugo | Brócolis refogado | Arroz | Preto | Banana | 235 | |
| 8 Qui | Leite c/ café pó | Pão de leite | Creme vegetal | 207 | Carne moída bovina refogada | Couve refogada | Arroz | Preto | Mamão | 193 | |
| 9 Sex | Chá mate | Pão de centeio | Requeijão | 163 | Sassami desfiado refogado | Abobrinha refogada | Arroz | Preto | Maçã | 202 | |
| | | | | 191 | | | | | | 214 | |
| 12 Seg | Achocolatado | Biscoito cream cracker | | 181 | Isclas de coxão mole refogadas | Purê de batata | Arroz | Preto | Abacaxi | 250 | |
| 13 Ter | Leite c/ café pó | Pão bisnaguinha | Creme vegetal | 191 | Coxa-sobrecoxa crocante | Repolho refogado | Arroz | Preto | Caqui | 224 | |
| 14 Qua | Chá mate | Pão integral | Requeijão | 143 | Carne moída pernil suíno sugo | Cenoura sauté | Arroz | Preto | Banana | 234 | |
| 15 Qui | Achocolatado | Pão de leite | Creme vegetal | 187 | Carne moída bovina refogada | Couve refogada | Arroz | Preto | Mamão | 193 | |
| 16 Sex | Chá mate c/leite | Pão de centeio | Requeijão | 203 | Sassami desfiado refogado | Abobrinha refogada | Arroz | Preto | Maçã | 213 | |
| | | | | 181 | | | | | | 223 | |
| 19 Seg | Chá mate c/leite | Biscoito cream cracker | | 192 | Isclas de coxão mole aceboladas | Purê de batata | Arroz | Preto | Abacaxi | 250 | |
| 20 Ter | Chá mate | Pão de sanduiche | Requeijão | 192 | Coxa-sobrecoxa assada | Repolho refogado | Arroz | Preto | Caqui | 215 | |
| 21 Qua | Tiradentes | | | | | | | | | | |
| 22 Qui | Leite c/ café pó | Pão de sanduiche | Requeijão | 217 | Mignon suíno refogado | Couve refogada | Arroz | Preto | Mamão | 205 | |
| 23 Sex | Achocolatado | Pão de milho | Creme vegetal | 177 | Isclas de patinho refogadas | Abobrinha refogada | Arroz | Preto | Maçã | 204 | |
| | | | | 195 | | | | | | 218 | |
| 26 Seg | Chá mate c/leite | Biscoito cream cracker | | 192 | Isclas de coxão mole ao sugo | Batata ensopada | Arroz | Preto | Abacaxi | 229 | |
| 27 Ter | Achocolatado | Pão bisnaguinha | Requeijão | 198 | Coxa-sobrecoxa crocante | Repolho refogado | Arroz | Preto | Caqui | 224 | |
| 28 Qua | Leite c/ café pó | Pão integral | Creme vegetal | 196 | Mignon suíno refogado | Brócolis refogado | Arroz | Preto | Banana | 239 | |
| 29 Qui | Chá mate | Pão de sanduiche | Requeijão | 154 | Carne moída bovina refogada | Couve refogada | Arroz | Preto | Mamão | 193 | |
| 30 Sex | Leite c/ café pó | Pão de milho | Creme vegetal | 198 | Isclas de patinho refogadas | Abobrinha refogada | Arroz | Preto | Maçã | 204 | |
| | | | | 188 | | | | | | 218 | |
| Médias Mensais: | | | | 189 | | | | | | 218 | |



Responsável técnico: Aline Gebeluka CRN 8 1992 – Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103



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



CARDÁPIO CRECHE (1 - 3 anos) MÊS: ABRIL/2021

| LANCHE DA TARDE (13:30 às 14:30 h) | | | | JANTAR (15:45 às 16:30 h) | | | Kcal | VET |
|------------------------------------|--|-------------------------------|------------|--|---|---|------------|------------|
| Data | Bebida | Acompanhamento | Kcal | Salada | Carne | Guarnição | Kcal | 708 |
| Seg | | | | | | | | |
| Ter | | | | | | | | |
| Qua | | | | | | | | |
| 1 Qui | Frapê de morango | Cereal chocobol | 168 | Suco laranja | Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo) | | 167 | 726 |
| 2 Sex | Paixão | | | | | | | |
| 5 Seg | xxxxxxx | Canjica com coco ralado | 174 | Pepino | Mignon suíno refogado | Vagem refogada, Arroz | 153 | 757 |
| 6 Ter | Leite | Milho verde cozido | 213 | Beterraba | Carne moída bovina ao sugo | Batata salsa ensopada, Arroz | 160 | 787 |
| 7 Qua | Vitamina de mamão | Cereal de banana | 141 | Alface | Carne moída de frango ao sugo | Escarola refogada, Macarrão par alho e óleo | 132 | 693 |
| 8 Qui | Salada de frutas(banana, maçã, laranja, mamão)c le | | 209 | Couve-flor | Linguiça de frango refogada | Purê de batata, Arroz | 205 | 814 |
| 9 Sex | Vitamina de banana | Biscoito de nata | 197 | Sopa (iscas de patinho, repolho, cenoura, batata, aletria) pão | | | 147 | 708 |
| | | | 187 | | | | 159 | 752 |
| 12 Seg | xxxxxxx | Canjica com coco ralado | 174 | Pepino | Mignon suíno refogado | Vagem refogada, Arroz | 153 | 759 |
| 13 Ter | Leite | Milho verde cozido | 213 | Beterraba | Carne moída bovina ao sugo | Batata salsa ensopada, Arroz | 160 | 787 |
| 14 Qua | Vitamina de mamão | Cereal de banana | 141 | Alface | Carne moída de frango ao sugo | Escarola refogada, Macarrão par alho e óleo | 132 | 650 |
| 15 Qui | Salada de frutas(banana, maçã, laranja, mamão)c le | | 209 | Couve-flor | Linguiça de frango refogada | Batata ensopada, Arroz | 180 | 769 |
| 16 Sex | Vitamina de banana | Biscoito maisena | 190 | Sopa (iscas de patinho, repolho, cenoura, batata, aletria) pão | | | 147 | 753 |
| | | | 185 | | | | 154 | 743 |
| 19 Seg | Limonada | Biscoito maisena chocolate | 161 | Pepino | Carne moída de pernil suíno refogada | Vagem refogada, Mingau de alho | 119 | 722 |
| 20 Ter | Leite | Milho verde cozido | 213 | Beterraba | Carne moída bovina ao sugo | Batata ensopada, Arroz | 175 | 795 |
| 21 Qua | Tiradentes | | | | | | | |
| 22 Qui | Vitamina de mamão | Cereal chocobol | 141 | Suco abacaxi | Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo) | | 144 | 706 |
| 23 Sex | Vitamina de banana | Biscoito maisena integral | 184 | Canja (sassami, cenoura, batata, arroz) pão | | | 170 | 735 |
| | | | 175 | | | | 152 | 740 |
| 26 Seg | Mingau de amido de milho com cacau em pó | | 149 | Pepino | Carne moída de pernil suíno refogada | Vagem refogada, Mingau de alho | 119 | 689 |
| 27 Ter | Leite | Milho verde cozido | 213 | Beterraba | Carne moída bovina ao sugo | Purê de batata, Arroz | 199 | 834 |
| 28 Qua | Vitamina de mamão | Cereal chocobol | 141 | Alface | Carne moída de frango ao sugo | Escarola refogada, Arroz | 142 | 719 |
| 29 Qui | Limonada | Biscoito sequilho tradicional | 154 | Suco uva | Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo) | | 167 | 667 |
| 30 Sex | Vitamina de banana | Biscoito maria | 181 | Canja (sassami, cenoura, batata, arroz) pão | | | 170 | 752 |
| | | | 168 | | | | 159 | 732 |
| Médias Mensais: | | | 179 | | | | 156 | 742 |



Responsável técnico: Aline Gebeluka CRN 8 1992 – Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

| CRECHE - 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS | | | | | | | | | |
|--|------------|----------------|------------------|------------------|------------------|-----------|--------|-------------|------------|
| CATEGORIA | IDADE | ENERGIA (kcal) | CARBOIDRATOS (g) | PROTEINAS (g) | LIPÍDIOS (g) | VITAMINAS | | MINERAIS | |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 25% a 35% do VET | A (mcg) | C (mg) | CALCIO (mg) | FERRO (mg) |
| CRECHE | 1 - 3 anos | 708 | 97 a 115 g | 18 a 27 g | 20 a 28 | 147 | 9 | 350 | 2 |

RECOMENDAÇÕES DO FNDE - conforme Resolução nº 20, de 02/12/2020 que altera a Resolução nº 6, de 8/05/2020

| | ENERGIA (kcal) | CARBOIDRATOS (g) | PROTEINAS (g) | LIPÍDIOS (g) | VITAMINAS | | MINERAIS | |
|--------------|----------------|------------------|---------------|--------------|-----------|--------|-------------|------------|
| | | | | | A (mcg) | C (mg) | CALCIO (mg) | FERRO (mg) |
| Semana 1 | | | | | | | | |
| Semana 2 | 752 | 119,2 | 25,2 | 20,1 | 208,2 | 59,4 | 293,3 | 4,7 |
| Semana 3 | 743 | 119,2 | 24,8 | 19,6 | 249,8 | 59,2 | 287,7 | 4,3 |
| Semana 4 | 740 | 118,9 | 24,3 | 19,1 | 179,4 | 49 | 239,8 | 3,2 |
| Semana 5 | 732 | 120,5 | 24,2 | 18,4 | 217,3 | 43,7 | 253,1 | 3,4 |
| MÉDIA MENSAL | 742 | 119,5 | 24,6 | 19,3 | 213,7 | 52,8 | 268,5 | 3,9 |

Responsável técnico: Aline Gebeluka CRN 8 1992 – Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103



Aline Gebeluka
NUTRICIONISTA
CRN 8 - 1992
Alimentação Escolar - PMPQ



Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8 - 103