



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

\*\*\*\*\* I MAIO \*\*\*\*\*  
DIA DO TRABALHADOR



**CARDÁPIO CRECHE (1 - 3 anos) MÊS: MAIO/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
3	Seg	Achocolatado	Biscoito cream cracker	181	Iscas de coxão mole acebolada	Purê de batata	Arroz	Preto	Laranja lima	244
4	Ter	Leite c/ café sol	Pão bisnaguinha	178	Coxa/sobrecoxa crocante	Repolho refogado	Arroz	Preto	Caqui	224
5	Qua	Chá mate	Pão integral	147	Mignon suíno refogado	Cenoura sauté	Arroz	Preto	Banana	239
6	Qui	Leite c/ café pó	Pão de leite	207	Carne moída bovina refogada	Couve refogada	Arroz	Preto	Mamão	193
7	Sex	<b>HTPC</b>								
				<b>178</b>						<b>225</b>
10	Seg	Chá mate	Biscoito rosquinha de leite	140	Iscas de coxão mole acebolada	Batata assada	Arroz	Preto	Laranja lima	220
11	Ter	Achocolatado	Pão bisnaguinha	202	Coxa/sobrecoxa assada	Repolho refogado	Arroz	Preto	Caqui	215
12	Qua	Leite c/ café sol	Pão integral	237	Mignon suíno acebolado	Brócolis sauté	Arroz	Preto	Banana	239
13	Qui	Leite	Pão de sanduíche	157	Carne moída bovina ao sugo	Farofa de couve (far man	Arroz	Preto	Mamão	251
14	Sex	Leite c/ café pó	Pão de centeio	225	Sassami ao sugo	Aipim sauté	Arroz	Preto	Maçã	261
				<b>192</b>						<b>237</b>
17	Seg	Leite c/ chá	Biscoito cream cracker	192	Iscas de coxão mole ao sugo	Batata sauté	Arroz	Preto	Laranja lima	222
18	Ter	Leite c/ café pó	Pão bisnaguinha	209	Coxa/sobrecoxa ao molho	Repolho refogado	Arroz	Preto	Caqui	217
19	Qua	Achocolatado	Pão integral	175	Mignon suíno refogado	Cenoura sauté	Arroz	Preto	Banana	239
20	Qui	Leite c/ café sol	Pão de leite	203	Carne moída bovina refogada	Couve refogada	Arroz	Preto	Mamão	193
21	Sex	Chá mate	Pão de milho	169	Sassami ao molho branco	Batata doce assada	Arroz	Preto	Maçã	281
				<b>190</b>						<b>230</b>
24	Seg	Leite c/ café pó	Biscoito maisena integral	205	Iscas de coxão mole acebolada	Batata ensopada	Arroz	Preto	Laranja lima	220
25	Ter	Chá mate	Pão bisnaguinha	146	Coxa/sobrecoxa crocante	Repolho refogado	Arroz	Preto	Caqui	224
26	Qua	Leite c/ chá	Pão integral	204	Mignon suíno acebolado	Brócolis sauté	Arroz	Preto	Banana	239
27	Qui	Achocolatado	Pão de sanduíche	186	Carne moída bovina ao sugo	Farofa de couve (far man	Arroz	Preto	Mamão	231
28	Sex	Leite c/ café sol	Pão de centeio	211	Sassami refogado	Purê de aipim	Arroz	Preto	Maçã	239
				<b>190</b>						<b>231</b>
31	Seg	Leite c/ chá	Biscoito cream cracker	154	Iscas de coxão mole acebolada	Purê de batata	Arroz	Preto	Laranja lima	244
	Ter									
	Qua									
	Qui									
	Sex									

Médias Mensais:

188

231



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

★ ★ ★ ★ ★ **1 MAIO** ★ ★ ★ ★ ★  
DIA DO TRABALHADOR



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

LANCHE DA TARDE (13:30 às 14:30 h)				JANTAR (15:45 às 16:30 h)			VET	
Data	Bebida	Acompanhamento	Kcal	Salada	Carne	Guarnição	Kcal	708
Seg	xxxxxx	Canjica com coco	174	Acelga	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	157	757
Ter	xxxxxx	Mingau de amido com cacau	149	Beterraba	Carne moída bovina ao sugo	Macarrão espaguete alho e óleo	131	682
Qua	Vitamina de mamão	Biscoito sequilho	172	Alface	Carne moída de frango refogada	Polenta cremosa	155	713
Qui	Limonada	Bolinho de polvilho azedo	159	Couve-flor	Ovos mexidos	Arroz, Ervilha ensopada	191	750
Sex	<b>HTPC</b>							
			<b>163</b>				<b>159</b>	<b>725</b>
Seg	xxxxxx	Arroz doce com canela	175	Acelga	Pernil suíno moído ao molho	Quirera com legumes	157	693
Ter	xxxxxx	Mingau de aveia com banana	181	Beterraba	Almôndegas ao sugo	Macarrão parafuso de arroz alho e óleo	119	716
Qua	Sal. de frutas(banana, maçã, laranja, mamão) c leite pó		209	Alface	Iscas de patinho aceboladas	Arroz com batata	134	819
Qui	logurte de morango	Cereal chocoboll	156	Escarola	Linguiça refogada	Polenta cremosa	169	732
Sex	Vitamina de banana	Biscoito rosquinha de coco	189	Canja (carne moída de frango, batata, cenoura, arroz) pão			170	846
			<b>182</b>				<b>150</b>	<b>761</b>
Seg	xxxxxx	Canjica com coco	170	Acelga	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	157	743
Ter	Frapê de abacaxi	Bolo de laranja formigueiro	167	Beterraba	Quibe assado	Macarrão parafuso ao sugo	159	752
Qua	Creme de amido	Sagu de uva	181	Alface	Carne moída de frango refogada	Polenta cremosa	155	750
Qui	Leite	Cereal de banana	134	Escarola	Ovos mexidos	Arroz com cenoura	145	675
Sex	Vitamina de mamão	Biscoito maisena chocolate	178	Sopa (iscas de patinho, repolho, cenoura, batata, aletria) pão			147	775
			<b>166</b>				<b>153</b>	<b>739</b>
Seg	xxxxxx	Arroz doce com canela	175	Acelga	Pernil suíno moído ao molho	Quirera com legumes	157	757
Ter	Frapê de maçã	Bolo de cenoura	167	Beterraba	Almôndegas ao sugo	Macarrão espaguete integral alho e óleo	121	658
Qua	Suco de morango	Torta de sardinha	145	Almeirão	Carne moída de frango refogada	Polenta cremosa	156	744
Qui	Leite	Cereal chocoboll	134	Suco laranja	Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo)		167	717
Sex	Vitamina de banana	Biscoito maisena	190	Sopa (iscas de patinho, repolho, cenoura, batata, aletria) pão			147	787
			<b>162</b>				<b>150</b>	<b>733</b>
Seg	xxxxxx	Canjica com coco	174	Acelga	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	157	730
Ter								
Qua								
Qui								
Sex								

Médias Mensais:

168

153

739



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



**CRECHE - 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS - MAIO 2021**

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)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
<b>CRECHE</b>	<b>1 - 3 anos</b>	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	C	CÁLCIO	FERRO
Semana 1	725	115,1	22,5	20	225,4	50,6	260	4,2
Semana 2	761	104,2	25	18,8	208,6	51,8	279,1	4,5
Semana 3	739	117,5	23,9	19,8	252,3	44,9	298,3	4,8
Semana 4	733	120,8	22,7	18,2	183,1	45,2	255	4,3
Semana 5								
<b>MÉDIA MENSAL</b>	<b>739,5</b>	<b>114,4</b>	<b>23,5</b>	<b>19,2</b>	<b>217,4</b>	<b>48,1</b>	<b>273,1</b>	<b>4,5</b>

  
 Aline Gebeluka  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 8-1992  
 Alimentação Escolar - PMPG

  
 Elaine Fernandes Pupo  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 8-103

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

