



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** **MÊS: JUNHO/2021**

Horário das refeições	Manhã: 10 às 10:45 horas	Tarde: 14:45 às 15: 30 horas	VET = 329 kcal	
2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	01/06/2021	02/06/2021	03/06/2021	04/06/2021
	Canjica com coco	Salada de alface		Salada de beterraba
	Maçã	Aipim com carne	<b>FERIADO</b>	Risoto de frango
		Banana		Laranja
	369,2 kcal	271,5 kcal		299,9 kcal
07/06/2021	08/06/2021	09/06/2021	10/06/2021	11/06/2021
Salada cenoura ralada	Vitamina de frutas (banana/mamão)	Arroz doce	Salada de tomate	Salada de alface/escarola
Quirera com carne suína	Ovos mexidos	Maçã	Quibe assado ( moida suína)	Macarrão alho/óleo
Abacaxi	Pão		logurte	Peixe empanado (trigo) assado
	Banana			Mamão
325,6 kcal	592,3 kcal	343,3 kcal	395,8 kcal	313,1 kcal
14/06/2021	15/06/2021	16/06/2021	17/06/2021	18/06/2021
Canja de galinha (batata, cenoura, frango, cheiro v.)	Pão c/ queijo/linguiça frango	Salada de beterraba	Vitamina de frutas (banana,mamão)	Salada de alface
Pão	Poncã	Macarrão c/brocolis/vagem e	Bolo formulado	Quirera com carne suína
Laranja 286,4 kcal	Limonada	carne moída suína		Melão
	489,0 kcal	Banana 381,6 kcal	431,7 kcal	290,1 kcal
21/06/2021	22/06/2021	23/06/2021	24/06/2021	25/06/2021
Sopa de legumes (cenoura/ vagem/batata), carne bov, mac.	Salada alface	Salada de brócolis	Cachorro quente	Vitamina de mamão e banana
Pão f. centeio	Quibe assado	Arroz carreteiro c/ carne suína	Chá mate	Pão c/ carne moída bovina
Maçã 316,6 kcal	Suco de laranja	Poncã	Mamão	
	Banana 384,1 kcal	287,6 kcal	316,9 kcal	441,7 kcal
28/06/2021	29/06/2021	30/06/2021		
Salada de almeirão	logurte com granola	Salada de tomate		
Polenta c/ carne moída	Banana	Farofa de ovos/legumes/carne		
Laranja		Suco de laranja		
222,1 kcal	353,7 kcal	273,3 kcal		

**Observações:**

Os cardápios estão sujeitos a alterações devido a situações diversas que poderão surgir.

As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessario adequar o cardapios para que os mesmos sejam utilizados.

É importante fixar o cardápio em local visível para toda comunidade escolar e na cozinha para que a merendeira possa segui-lo corretamente.

**ATENÇÃO:** algumas unidades podem ter ou não ainda alguns alimentos em quantidade expressiva no estoque dependendo de como usaram nos meses anteriores.

Portanto podem substituir seus cardápios conforme necessidade. A partir do mês de julho e da próxima nota estaremos regularizando.

**NUTRICIONISTAS: ELAINE FERNANDES PUPO CRN 8 - 103**

**ALINE GEBELUKA CRN 8 - 1992**

*Elaine F. Pupo*  
NUTRICIONISTA  
CRN 8-103

*Aline Gebeluka*  
NUTRICIONISTA  
CRN 8-1992

PARCIAL - 20% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS					
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LIPÍDIOS (g)
			55% a 65 % do VET	10% a 15% do VET	15 a 30 % do VET
Ensino Fundamental	6-10 anos	329	45 a 53 g	8 a 12 g	9 a 13 g

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

JUNHO  
2021

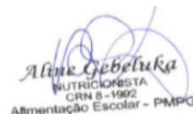
	VET	CARBOIDRATOS	PROTEINAS	LIPÍDIOS
SEMANA 1	313,3	53,2	12,5	6,6
SEMANA 2	394,0	63,1	16,5	8,7
SEMANA 3	375,8	60,4	13,9	9,7
SEMANA 4	349,4	58,7	14,8	7,3
SEMANA 5	283,0	47,9	10,0	5,8
<b>MÉDIA MENSAL</b>	<b>343,1</b>	<b>56,7</b>	<b>13,5</b>	<b>7,6</b>

NUTRICIONISTAS: ELAINE FERNANDES PUPO CRN 8 - 103



Elaine F. Pupo  
NUTRICIONISTA  
CRN 8 - 103

ALINE GEBELUKA CRN 8 - 1992



Aline Gebeluka  
NUTRICIONISTA  
CRN 8 - 1992  
Alimentação Escolar - PMPG