



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



CARDÁPIO CRECHE (1-3 anos) MÊS: JULHO/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	Leite c/ café (pó)	Pão de leite fatiado	Margarina	221	Estrogonofe bovino	Purê de Aipim	Arroz	Preto	Mamão	289	
2 Sex	Leite com chá	Pão de leite fatiado	Margarina	182	Pernil suíno moído refogado	Batata doce sauté	Arroz	Preto	Poncã	243	
				202						266	
5 Seg	Achocolatado	Biscoito sequilho	Mamão	217	Isclas de coxão mole aceboladas	Purê de batata	Arroz	Preto	Banana	276	
6 Ter	Chá mate	Pão integral	Queijo Mussarela	167	Coxa/sobrecoxa crocante	Farofa de repolho (far milho)	Arroz	Preto	Poncã	247	
7 Qua	Leite	Pão integral	Maionese	128	Mignon suíno refogado	Farofa de vagem (far mand)	Arroz	Preto	Banana c canela	274	
8 Qui	Chocolate cremoso	Pão integral	Maionese	227	Almôndegas ao sugo	Purê de batata salsa	Arroz	Preto	Mamão	207	
9 Sex	Leite c/ café (pó)	Pão integral	Maionese	196	Estrogonofe de frango (sassami)	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Banana	264	
				187						254	
12 Seg	logurte de morango	Cereal de banana	Maçã	195	Estrogonofe bovino	Batata sauté	Arroz	Preto	Laranjada	253	
13 Ter	Achocolatado	Pão de sanduíche	Maionese	186	Coxa-sobrecoxa assada	Repolho refogado	Arroz	Preto	Poncã	203	
14 Qua	Chá mate	Pão de sanduíche	Queijo Mussarela	178	Mignon suíno acebolado	Farofa de vagem (far mand)	Arroz	Preto	Banana c canela	274	
15 Qui	Leite c/ café (pó)	Pão de sanduíche	Maionese	206	Quibe assado	Batata salsa sauté	Arroz	Preto	Mamão	243	
16 Sex	Chocolate cremoso	Pão de sanduíche	Maionese	238	Sassami refogado	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Maçã	204	
				200						235	
19 Seg	logurte de morango	Cereal chocoboll	Mamão	183	Isclas de coxão mole aceboladas	Batata sauté	Arroz	Preto	Laranja lima	220	
20 Ter	Chá mate	Broa de milho	Maionese	134	Coxa/sobrecoxa crocante	Farofa de repolho (far milho)	Arroz	Preto	Maçã	256	
21 Qua	Leite c/ café (pó)	Broa de milho	Maionese	197	Mignon suíno refogado	Vagem sauté	Arroz	Preto	Banana c canela	238	
22 Qui	Achocolatado	Broa de milho	Queijo Mussarela	211	Almôndegas ao sugo	Purê de batata salsa	Arroz	Preto	Poncã	206	
23 Sex	Leite	Broa de milho	Maionese	130	Estrogonofe de frango (sassami)	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Laranja lima	232	
				171						230	
26 Seg	Sant'Ana										
27 Ter	Leite c/ café (pó)	Biscoito sequilho	Maçã	249	Coxa-sobrecoxa assada	Batata sauté	Arroz	Preto	Laranja lima	228	
28 Qua	Achocolatado	Pão de leite fatiado	Maionese	186	Mignon suíno acebolado	Farofa de vagem (Far milho)	Arroz	Preto	Maçã c/ canela	249	
29 Qui	Chá mate	Pão de leite fatiado	Maionese	144	Quibe assado	Batata salsa sauté	Arroz	Preto	Poncã	247	
30 Sex	Chocolate cremoso	Pão de leite fatiado	Queijo Mussarela	273	Sassami ao sugo	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Maçã	206	
				213						232	
Médias Mensais:				193						238	

Aline Gebeluka
NUTRICIONISTA
CRN 8-1992
Alimentação Escolar - PMPG

Elaine B. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

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: JULHO/2021

		LANCHE DA TARDE (13:30 às 14:30 h)			JANTAR (15:45 às 16:30 h)				
Data	Bebida	Acompanhamento	Kcal	Salada	Carne	Guarnição	Kcal	VET	
Seg									
Ter									
Qua									
1 Qui	Chocolate cremoso	Bolo de cuca de banana	228	Suco morango	Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo)		173	911	
2 Sex	Vitamina de banana	Biscoito maisena	190	Tomate	Carne moída de frango ao sugo	Arroz com batata	133	747	
			209				153	829	
5 Seg	Chá mate	Torta de sardinha (far integral)	135	Acelga	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	157	785	
6 Ter	logurte de morango	Cereal chocoboll	156	Couve-flor	Carne moída de frango refogada	Macarrão de arroz parafuso ao sugo	126	695	
7 Qua	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) leite pó		209	Tomate	Carne moída bovina refogada	Polenta Cremosa	160	771	
8 Qui	Frapê de morango	Bolo de cenoura	185	Cebola	Carne moída de frango ao sugo	Mingau de alho	106	726	
9 Sex	Vitamina de banana	Biscoito rosquinha de leite	183	Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão aletria, batata salsa, vagem, batata) pão			142	784	
			173				138	752	
12 Seg	xxxxxxx	Canjica com coco e canela	174	Acelga	Pernil suíno moído ao sugo	Quirera com legumes	157	779	
13 Ter	Frapê de maçã	Biscoito sequilho	181	Couve-flor	Carne moída bovina ao sugo	Macarrão espaguete integral alho e óleo	123	692	
14 Qua	Suco de maracujá	Bolo de laranja	154	Tomate	Carne moída de frango refogada	Polenta Cremosa	156	761	
15 Qui	logurte de morango	Cereal chocoboll	156	Cebola	Linguiça de frango assada	Virado de feijão (farinha mandioca), Arroz	133	738	
16 Sex	Vitamina de mamão	Bolo de chocolate	158	Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão letras, batata salsa, vagem, batata)pão			147	746	
			165				143	743	
19 Seg	xxxxxxx	Canjica com coco e canela	174	Acelga	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	157	734	
20 Ter	Frapê de morango	Biscoito rosquinha coco	191	Couve-flor	Carne moída bovina refogada	Mingau de alho	108	689	
21 Qua	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) leite pó		209	Tomate	Carne moída de frango ao sugo	Polenta Cremosa	158	802	
22 Qui	Crema de amido	Sagu de uva	224	Cebola	Linguiça de frango refogada	Virado de feijão (farinha milho), Arroz	133	774	
23 Sex	Vitamina de mamão	Bolo de cenoura	158	Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão aletria, batata salsa, vagem, batata)pão			142	662	
			191				140	732	
26 Seg	Sant'Ana								
27 Ter	Leite	Cereal de banana	134	Cebola	Carne moída bovina ao sugo	Polenta Cremosa	168	779	
28 Qua	Chocolate cremoso	Bolo de laranja	228	Tomate	Carne moída de frango refogada	Quirera com legumes	148	811	
29 Qui	Frapê de maçã	Biscoito maisena integral	180	Suco laranja	Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo)		167	738	
30 Sex	Vitamina de banana	Bolo de chocolate	177	Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão letras, batata salsa, vagem, batata)pão			147	802	
			180				158	782	
Médias Mensais:			177				145	752	



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)	CÁLCIO (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

JULHO
2021

	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A	C	CÁLCIO	FERRO
Semana 1								
Semana 2	752,0	124,6	24,1	18,4	196,6	62,6	285,5	4,5
Semana 3	743,0	120,5	23,8	18,8	174,5	52,0	286,6	4,7
Semana 4	732,0	118,8	24,1	18,8	175,9	66,3	311,3	4,9
Semana 5	782,0	129,8	24,4	19,3	180,1	48,5	311,3	5,1
MÉDIA MENSAL	752,3	123,4	24,1	18,8	181,8	57,4	298,7	4,8

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

Aline Gebeluka
NUTRICIONISTA
CRN 8-1992
Alimentação Escolar - PMPG

Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103