



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

CARDÁPIO CRECHE (1a 3 anos) MÊS: AGOSTO/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 | |
| 2 | Seg | Achocolatado | Rosquinha coco | Mamão | 209 | Iscas de coxão mole aceboladas | Batata sauté | Arroz | Preto | Laranja lima | 220 |
| 3 | Ter | Chá mate | Pão integral | Maionese | 133 | Coxa/sobrecoxa crocante | Repolho refogado | Arroz | Preto | Melão | 199 |
| 4 | Qua | Leite | Pão integral | Creme de ricota | 146 | Mignon suíno refogado | Farofa de vagem | Arroz | Preto | Banana prata | 278 |
| 5 | Qui | Chocolate cremoso | Pão integral | Maionese | 227 | Almôndegas ao sugo | Batata salsa sauté | Arroz | Preto | Poncã | 206 |
| 6 | Sex | Leite c/ café (pó) | Pão integral | Queijo Mussarela | 230 | Estrogonofe de frango (sassami) | Brócolis refogado | Arroz | Preto | Mamão | 227 |
| | | | | 189 | | | | | | | 226 |
| 9 | Seg | logurte de morango | Cereal de banana | Maçã | 195 | Estrogonofe bovino | Batata sauté | Arroz | Preto | Laranja lima | 260 |
| 10 | Ter | Achocolatado | Pão de sanduíche | Creme de ricota | 203 | Coxa-sobrecoxa assada | Repolho refogado | Arroz | Preto | Melão | 190 |
| 11 | Qua | Chá mate | Pão de sanduíche | Maionese | 143 | Mignon suíno acebolado | Farofa de vagem | Arroz | Preto | Banana prata | 278 |
| 12 | Qui | Leite c/ café (pó) | Pão de sanduíche | Queijo Mussarela | 240 | Quibe assado | Purê de batata salsa | Arroz | Preto | Poncã | 274 |
| 13 | Sex | Chocolate cremoso | Pão de sanduíche | Maionese | 238 | Sassami refogado | Brócolis refogado | Arroz | Preto | Mamão | 191 |
| | | | | 204 | | | | | | | 238 |
| 16 | Seg | logurte de morango | Cereal chocoboll | Mamão | 183 | Iscas de coxão mole aceboladas | Batata sauté | Arroz | Preto | Laranja lima | 220 |
| 17 | Ter | Chá mate | Broa de milho | Maionese | 134 | Coxa/sobrecoxa crocante | Repolho refogado | Arroz | Preto | Melão | 199 |
| 18 | Qua | Leite c/ café (pó) | Broa de milho | Creme de ricota | 215 | Mignon suíno refogado | Vagem sauté | Arroz | Preto | Laranja pera | 199 |
| 19 | Qui | Achocolatado | Broa de milho | Maionese | 177 | Almôndegas ao sugo | Batata salsa sauté | Arroz | Preto | Maçã | 215 |
| 20 | Sex | Leite | Broa de milho | Queijo Mussarela | 164 | Estrogonofe de frango (sassami) | Brócolis refogado | Arroz | Preto | Mamão | 227 |
| | | | | 174 | | | | | | | 212 |
| 23 | Seg | Leite | Rosquinha coco | Maçã | 175 | Carne moída de frango ao sugo | Batata sauté | Arroz | Preto | Laranja lima | 217 |
| 24 | Ter | Leite c/ café (pó) | Pão de leite fatiado | Creme de ricota | 224 | Coxa-sobrecoxa assada | Repolho refogado | Arroz | Preto | Melão | 190 |
| 25 | Qua | Achocolatado | Pão de leite fatiado | Maionese | 186 | Mignon suíno acebolado | Vagem sauté | Arroz | Preto | Laranja pera | 199 |
| 26 | Qui | Chá mate | Pão de leite fatiado | Queijo Mussarela | 178 | Quibe assado | Purê de batata salsa | Arroz | Preto | Maçã | 282 |
| 27 | Sex | Chocolate cremoso | Pão de leite fatiado | Maionese | 238 | Sassami ao sugo | Brócolis refogado | Arroz | Preto | Mamão | 194 |
| | | | | 200 | | | | | | | 216 |
| 30 | Seg | Achocolatado | Rosquinha coco | Mamão | 239 | Estrogonofe bovino | Batata sauté | Arroz | Preto | Laranja lima | 260 |
| 31 | Ter | Chá mate | Pão integral | Maionese | 133 | Carne moída de frango refogada | Repolho refogado | Arroz | Preto | Melão | 177 |
| | Qua | | | | | | | | | | |
| | Qui | | | | | | | | | | |
| | Sex | | | | | | | | | | |

Médias Mensais:

192

223

Aline Gebeluka
NUTRICIONISTA
CRN 8-1992
Alimentação Escolar - PAEPG

Elaine F. 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 (1a 3 anos) MÊS: AGOSTO/2021

Feliz
dia dos
Pais!



| 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 | |
| 2 | Seg | xxxxxx | Canjica com coco | 174 | Acelga | Pernil suíno moído refogado | Quirera com legumes | 157 | 761 |
| 3 | Ter | Leite | Cereal banana | 134 | Couve-flor | Carne moída de frango refogada | Polenta Cremosa | 160 | 626 |
| 4 | Qua | Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) leite pó | 209 | Tomate | Carne moída bovina refogada | Macarrão de arroz parafuso ao sugo | 125 | 758 | |
| 5 | Qui | Frapê de morango | Bolo de cenoura | 185 | Cebola | Linguiça de frango assada | Virado de feijão (farinha milho), Arroz | 224 | 842 |
| 6 | Sex | Vitamina de banana | Biscoito rosquinha de leite | 183 | Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão sopa | letras, batata salsa, vagem, batata) pão | 142 | 781 | |
| | | | 177 | | | | 162 | 754 | |
| 9 | Seg | xxxxxx | Canjica com coco e canela | 174 | Acelga | Pernil suíno moído ao sugo | Quirera com legumes | 157 | 786 |
| 10 | Ter | Creme de amido | Sagu de uva | 224 | Couve-flor | Carne moída bovina ao sugo | Polenta Cremosa | 167 | 784 |
| 11 | Qua | Suco de maracujá | Bolo laranja formigueiro | 154 | Tomate | Carne moída de frango ao sugo | Arroz com batata salsa | 133 | 708 |
| 12 | Qui | Frapê de maçã | Cereal banana | 150 | Cebola | Linguiça de frango refogada | Virado de feijão (farinha milho), Arroz | 224 | 889 |
| 13 | Sex | Vitamina de mamão | Biscoito rosquinha de leite | 164 | Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão sopa | letras, batata salsa, vagem, batata) pão | 147 | 740 | |
| | | | 173 | | | | 166 | 781 | |
| 16 | Seg | Creme de amido | Sagu de uva | 224 | Acelga | Pernil suíno moído refogado | Quirera com legumes | 157 | 785 |
| 17 | Ter | Frapê de morango | Bolo de chocolate | 185 | Couve-flor | Carne moída bovina refogada | Macarrão espaguete integral ao sugo | 121 | 640 |
| 18 | Qua | Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) leite pó | 209 | Tomate | Carne moída de frango refogada | Polenta Cremosa | 156 | 779 | |
| 19 | Qui | Iogurte de morango | Cereal chocoboll | 156 | Cebola | Ovos mexidos | Macarrão de arroz parafuso ao sugo | 144 | 691 |
| 20 | Sex | Vitamina de mamão | Biscoito rosquinha de leite | 164 | Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão sopa | aletria, batata salsa, vagem, batata) pão | 142 | 697 | |
| | | | 188 | | | | 144 | 718 | |
| 23 | Seg | xxxxxx | Arroz doce com canela | 175 | Acelga | Pernil suíno moído ao sugo | Quirera com legumes | 157 | 724 |
| 24 | Ter | Iogurte de morango | Cereal chocoboll | 156 | Cebola | Carne moída bovina ao sugo | Polenta Cremosa | 168 | 738 |
| 25 | Qua | xxxxxx | Mingau de aveia com cacau | 173 | Tomate | Ovos mexidos | Virado de feijão (farinha milho), Arroz | 227 | 785 |
| 26 | Qui | Frapê de maçã | Biscoito tipo sequilho | 181 | Suco laranja | Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo) | 167 | 808 | |
| 27 | Sex | Vitamina de banana | Biscoito rosquinha de leite | 183 | Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão sopa | aletria, batata salsa, vagem, batata) pão | 147 | 762 | |
| | | | 174 | | | | 173 | 763 | |
| 30 | Seg | xxxxxx | Arroz doce com canela | 175 | Acelga | Carne moída de frango refogada | Quirera com legumes | 149 | 823 |
| 31 | Ter | xxxxxx | Mingau de aveia com cacau | 173 | Couve-flor | Carne moída bovina ao sugo | Polenta Cremosa | 167 | 650 |
| | Qua | | | | | | | | |
| | Qui | | | | | | | | |
| | Sex | | | | | | | | |

Médias Mensais:

178

754



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

AGOSTO
2021

| | ENERGIA (kcal) | CARBOIDRATOS (g) | PROTEINAS (g) | LIPÍDIOS (g) | VITAMINAS | | MINERAIS | |
|---------------------|----------------|------------------|---------------|--------------|------------|-----------|------------|----------|
| | | | | | A | C | CÁLCIO | FERRO |
| Semana 1 | 754 | 119 | 26 | 20 | 213 | 73 | 334 | 6 |
| Semana 2 | 781 | 128 | 25 | 20 | 197 | 53 | 296 | 5 |
| Semana 3 | 718 | 117 | 24 | 17 | 182 | 67 | 305 | 4 |
| Semana 4 | 763 | 123 | 25 | 20 | 173 | 50 | 262 | 5 |
| Semana 5 | | | | | | | | |
| MÉDIA MENSAL | 754 | 122 | 25 | 19 | 191 | 61 | 299 | 5 |

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