



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

**CARDÁPIO CRECHE (1 a 3 anos) MÊS: OUTUBRO/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											
Qui											
1	Sex	<b>HTPC</b>									
4	Seg	Chocolate cremoso	Biscoito rosquinha de leite	235	Isclas de coxão mole aceboladas	Purê de batata	Arroz	Preto	Laranja lima	244	
5	Ter	Achocolatado	Pão bisnaguinha	198	Coxa/sobrecoxa assada	Repolho refogado	Arroz	Preto	Maçã	212	
6	Qua	Leite c/ café (pó)	Pão bisnaguinha	209	Mignon suíno refogado	Cenoura sauté	Arroz	Preto	Banana prata	243	
7	Qui	Chá mate	Pão bisnaguinha	146	Almôndegas ao sugo	Couve refogada	Arroz	Preto	Mamão	189	
8	Sex	Leite	Pão bisnaguinha	151	Estrogonofe de frango (sassami)	Abobrinha refogada	Arroz	Preto	Abacaxi	236	
11	Seg	Leite	Cereal chocobol	113	Estrogonofe bovino	Batata sauté	Arroz	Preto	Banana prata	296	
12	Ter	<b>Nossa S Aparecida</b>									
13	Qua	Achocolatado	Biscoito rosquinha de leite	182	Mignon suíno refogado	Cenoura sauté	Arroz	Preto	Laranja lima	207	
14	Qui	Leite c/ café (pó)	Biscoito rosquinha de chocolate	206	Quibe assado	Couve refogada	Arroz	Preto	Maçã	237	
15	Sex	<b>Dia do Professor/a</b>									
18	Seg	Chocolate cremoso	Biscoito rosquinha de leite	235	Isclas de coxão mole aceboladas	Purê de batata	Arroz	Preto	Suco de uva	274	
19	Ter	Achocolatado	Pão caseiro fatiado	174	Coxa/sobrecoxa crocante	Repolho refogado	Arroz	Preto	Suco de laranja	244	
20	Qua	Leite c/ café (pó)	Pão caseiro fatiado	204	Mignon suíno refogado	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Banana caturra	257	
21	Qui	Chá mate	Pão caseiro fatiado	132	Almôndegas ao sugo	Couve refogada	Arroz	Preto	Uva	182	
22	Sex	Leite	Pão caseiro fatiado	127	Sassami refogado	Abobrinha refogada	Arroz	Preto	Banana prata	231	
25	Seg	Leite c/ café (pó)	Biscoito rosquinha de chocolate	206	Estrogonofe bovino	Batata sauté	Arroz	Preto	Laranja pera	253	
26	Ter	Chá mate	Pão francês	158	Coxa/sobrecoxa ao molho	Repolho refogado	Arroz	Preto	Melão	192	
27	Qua	Achocolatado	Pão francês	191	Mignon suíno refogado	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Banana caturra	239	
28	Qui	<b>Dia do Funcionário Público</b>									
29	Sex	Leite c/ café (pó)	Biscoito rosquinha de chocolate	222	Sassami ao sugo	Chuchu sauté	Arroz	Preto	Uva	191	

Médias Mensais:



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 a 3 anos) MÊS: OUTUBRO/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								
Ter								
Qua								
Qui								
1 Sex	<b>HTPC</b>							
4 Seg	Leite	Cereal banana	134	Almeirão	Pernil suíno moído refogado	Arroz com cenoura	133	745
5 Ter	iogurte de morango	Biscoito rosquinha chocolate	182	Beterraba	Linguíça de frango refogada	Virado de feijão (farinha de milho), Arroz	132	723
6 Qua	Sal frutas(banana, maçã, laranja, mamão) leite em p		209	Alface	Carne moída de frango refogada	Arroz com batata	130	791
7 Qui	xxxxxxx	Arroz doce com canela	175	Escarola	Ovos mexidos	Mingau de alho	120	629
8 Sex	Frapê de maçã	Pavê c/ biscoito de chocolate	259	Suco laranja	Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo)		108	754
								<b>728</b>
11 Seg	Creme de amido	Sagu de uva	181	Pepino	Pernil suíno moído ao sugo	Arroz, Feijão	167	756
12 Ter	<b>Nossa S Aparecida</b>							
13 Qua	Frapê de maçã	Bolo de cenoura	167	Alface	Carne moída de frango ao sugo	Macarrão Parafuso alho e óleo	119	676
14 Qui	Limonada	Biscoito rosquinha chocolate	150	Escarola	Omelete de espinafre	Arroz com batata	153	746
15 Sex	<b>Dia do Professor/a</b>							
								<b>726</b>
18 Seg	Leite	Biscoito rosquinha de leite	157	Pepino	Pernil suíno moído refogado	Arroz com lentilha e cenoura	139	805
19 Ter	Leite	Cereal chocoboll	134	Beterraba	Linguíça de frango refogada	Arroz com ervilha e batata	176	727
20 Qua	Sal frutas(banana, maçã, laranja, mamão) leite em p		209	Alface	Carne moída de frango ao sugo	Lentilha ensopada, Arroz	158	828
21 Qui	Leite	Bolo integral de laranja	277	Couve-flor	Omelete de espinafre	Ervilha ensopada, Arroz	193	783
22 Sex	Frapê de morango	Biscoito rosquinha de coco	191	Sopa de legumes (iscas de patinho, mac aletria, batata salsa, batata, cenoura, repolho)pão			141	690
								<b>767</b>
25 Seg	Mingau de aveia c/ banana, canela		199	Pepino	Pernil suíno moído ao sugo	Lentilha ensopada, Arroz	164	822
26 Ter	Leite	Cereal chocoboll	134	Beterraba	Carne moída bovina refogada	Ervilha ensopada, Arroz	175	659
27 Qua	Vitamina de mamão	Bolo integral banana c/aveia	183	Alface	Ovos mexidos	Arroz com lentilha e cenoura	151	764
28 Qui	<b>Dia do Funcionário Público</b>							
29 Sex	Frapê de morango	Biscoito rosquinha chocolate	191	Sopa de feijão (iscas de patinho, feijão, mac aletria, batata, cenoura)pão			141	745
								<b>748</b>
<b>Médias Mensais:</b>								<b>742</b>



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)	LIPIDIOS (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

OUTUBRO  
2021

	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LIPIDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A	C	CÁLCIO	FERRO
Semana 1								
Semana 2	728	113	24	20	207	58	325	6
Semana 3	726	122	22	18	216	38	240	4
Semana 4	767	123	26	19	248	50	282	5
Semana 5	748	119	25	20	274	37	279	5
<b>MÉDIA MENSAL</b>	<b>742</b>	<b>119</b>	<b>24</b>	<b>19</b>	<b>236</b>	<b>46</b>	<b>281</b>	<b>5</b>

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