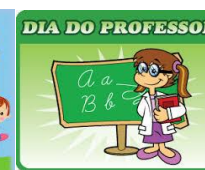




PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTA GROSSA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL - TEMPO PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos **MÊS: OUTUBRO/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
				01/10/2021
				HTPC
04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
Creme de legumes (batata, cenoura, macarrão. couve, cará, frango desfiado)	Salada de alface Torta salgada c/ recheio de carne moída bovina	Leite com achocolatado Bolo de cenoura caseiro Banana	Cachorro quente Suco de laranja	Salada de almeirão Quirera com carne suína Sagu de uva
Pão	Limonada			
Laranja 299,8 kcal	322,7 kcal	300,6 kcal	380,1 kcal	395,8 kcal
11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
Recesso	FERIADO	Salada de repolho Arroz Farofa (ovos, milho verde, vagem e cenoura)	Pão c/ carne moída suína Frapê de maçã	Salada de cenoura ralada Risoto de frango Melancia
		Limonada 372,6 kcal	391,9 kcal	303,5 kcal
18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
Salada de rabanete Macarrão com molho de carne moída suína	Salada de beterraba Quibe assado (moída suína) Frapê de maçã	Salada de alface Carne moída c/ batata Arroz	Vitamina de frutas Pipoca salgada Maçã	Salada de repolho Peixe empanado assado (trigo) Arroz, feijão
Suco de maracujá 305,4 kcal	Abacaxi 434,3 kcal	Banana 348,8 kcal	428,8 kcal	Melancia 378,5 kcal
25/10/2020	26/10/2021	27/10/2020	28/10/2020	29/10/2020
Salada de pepino Polenta c/ molho moída bovina	Arroz doce Maçã	Salada de couve flor Peixe empanado assado Macarrão c/ legumes (acelga e vagem)		Vitamina de abacate Biscoito rosquinha de leite
Laranja				
275,6 kcal	348,9 kcal	Banana 416,3 kcal		320,9 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.

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
Alimentação Escolar - PMPG

PARCIAL - 20% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS					
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LIPIDIOS (g)
			55% a 65 % do VET	10% a 15% do VET	15 a 35 % 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					

**OUTUBRO
2021**

	VET	CARBOIDRATOS	PROTEINAS	LIPIDIOS
SEMANA 1				
SEMANA 2	325,8	53,7	12,6	7,7
SEMANA 3	356,0	56,9	13,6	8,8
SEMANA 4	379,2	60,4	16,2	9,2
SEMANA 5	340,4	55,7	12,0	8,8
MÉDIA MENSAL	350,4	56,7	13,6	8,6

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