



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

CARDÁPIO CRECHE (1-3 anos) MÊS: DEZEMBRO/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											
1	Qua	Achocolatado	Pão integral fatiado	Creme vegetal	195	Mignon suíno refogado	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Pêssego	196
2	Qui	Leite c/ café (pó)	Pão integral fatiado	Creme de ricota	233	Almôndegas ao sugo	Farofa couve (f.mand)	Arroz	Preto	Manga	224
3	Sex	Leite	Pão integral fatiado	Margarina	162	Sassami refogado	Abobrinha refogada	Arroz	Preto	Melancia	189
				197						203	
6	Seg	Chá mate	Farofa de ovos	xxxxxxxxx	191	Isclas de coxão mole aceboladas	Purê de batata	Arroz	Preto	Abacaxi	241
7	Ter	Leite	Pão caseiro	Margarina	141	Coxa/sobrecoxa crocante	Farofa repolho (f.mand)	Arroz	Preto	Melão	234
8	Qua	Chocolate cremoso	Pão caseiro	Queijo mussarela	260	Mignon suíno refogado	Cenoura sauté	Arroz	Preto	Pêssego	196
9	Qui	Leite c/ café (pó)	Pão caseiro	Creme vegetal	194	Quibe assado	Couve refogada	Arroz	Preto	Manga	241
10	Sex	Achocolatado	Pão caseiro	Margarina	188	Estrogonofe de frango (sassami)	Abobrinha refogada	Arroz	Preto	Melancia	212
				195						225	
13	Seg	Leite	Biscoito rosquinha de chocolate		139	Estrogonofe bovino	Batata sauté	Arroz	Preto	Abacaxi	266
14	Ter	Chocolate cremoso	Pão bisnaguinha	Creme vegetal	241	Coxa/sobrecoxa assada	Repolho refogado	Arroz	Preto	Melão	190
15	Qua	Leite c/ café (pó)	Pão bisnaguinha	Requeijão	193	Mignon suíno refogado	Cenoura sauté	Arroz	Preto	Banana	294
16	Qui	Achocolatado	Pão bisnaguinha	Margarina	202	Almôndegas ao sugo	Couve refogada	Arroz	Preto	Manga	188
17	Sex	Chá mate	Pão bisnaguinha	Creme vegetal	146	Sassami ao sugo	Abobrinha refogada	Arroz	Preto	Banana	229
				184						233	
20	Seg	Achocolatado	Biscoito rosquinha de leite		182	Isclas de coxão mole aceboladas	Purê de batata	Arroz	Preto	Abacaxi	250
21	Ter	Leite c/ café (pó)	Pão francês	Creme vegetal	211	Coxa/sobrecoxa crocante	Repolho refogado	Arroz	Preto	Melão	199
22	Qua	Chá mate	Pão francês	Margarina	162	Mignon suíno refogado	Brócolis refogado	Arroz	Preto	Banana	239
23	Qui	HTPC									
24	Sex				185					229	
27	Seg										
28	Ter										
29	Qua										
30	Qui										
31	Sex										

Médias Mensais:

190

223

Aline Gebeluka
MUNICIONISTA
CRN 8 - 1992
Alimentação Escolar - PMPGO

Elaine F. Pupo
MUNICIONISTA
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: DEZEMBRO/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								
1 Qua	Sal frutas (banana, maçã, laranja, mamão)	leite em	209	Alface	Iscas de patinho refogadas	Polenta Cremosa com legumes	159	760
2 Qui	Frapê de maçã	Bolo de fubá	200	Escarola	Omelete com espinafre	Arroz com vagem	190	846
3 Sex	Vitamina de banana	Biscoito rosquinha de leite	183	Canja (carne moída de frango, arroz, batata, cenoura) pão			174	708
			197				174	771
6 Seg	Creme de amido	Sagu de uva	224	Pepino	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	156	811
7 Ter	Limonada	Biscoito rosq de chocolate	150	Beterraba	Carne moída bovina ao sugo	Polenta Cremosa com legumes	167	692
8 Qua	xxxxx	Canjica com coco	174	Alface	Carne moída de frango refogada	Macarrão espaguete ao sugo	122	751
9 Qui	Frapê de morango	Bolo de cacau	238	Escarola	Ovos mexidos	Arroz com vagem	153	827
10 Sex	Vitamina mamão	Cereal chocobol	141	Sopa de feijão (iscas de patinho, feijão, mac aletria, batata, cenoura, repolho) pão			170	710
			186				153	758
13 Seg	xxxxx	Arroz doce com canela	175	Pepino	Carne moída de frango refogada	Quirera com legumes	148	727
14 Ter	Limonada	Torta salgada sardinha	141	Beterraba	Pernil suíno moído ao sugo	Viradinho de feijão (far. Mand)	127	699
15 Qua	xxxxx	Canjica com coco	174	Alface	Carne moída bovina refogada	Macarrão parafuso ao sugo	124	785
16 Qui	Frapê de maçã	Bolo de cenoura	212	Suco laranja	Cachorro quente (pão hot dog, salsicha de frango ao sugo)		167	769
17 Sex	Vitamina banana	Biscoito rosquinha de coco	186	Sopa de legumes (iscas de patinho, mac aletria, batata salsa, batata, cenoura, repolho) pão			177	738
			178				149	744
20 Seg	Leite	Cereal chocobol	134	Pepino	Carne moída de frango refogada	Quirera com legumes	148	714
21 Ter	Limonada	Bolinho de polvilho azedo	159	Beterraba	Carne moída bovina refogada	Macarrão parafuso de arroz ao sugo	129	698
22 Qua	Frapê de coco	Biscoito rosquinha de chocolate	260	Alface	Pernil suíno moído refogado	Viradinho de feijão (far. Mand)	122	783
23 Qui	HTPC							
24 Sex			184				133	732
27 Seg								
28 Ter								
29 Qua								
30 Qui								
31 Sex								

Médias Mensais:

186

152

751



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)	CALCIO (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

dezembro 2021	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LIPIDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A	C	CÁLCIO	FERRO
Semana 1	771	120	28	21	341	41	322	5
Semana 2	758	120	26	20	286	38	283	5
Semana 3	744	118	25	20	249	36	269	6
Semana 4	732	119	22	19	139	33	231	5
Semana 5								
MÉDIA MENSAL	751	119	25	20	254	37	276	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