

CARDAPIO CRECHE (7 - 11 meses) MÊS: SETEMBRO/2022

CAFÉ MANHÃ (8 às 8:30 h) LANCHE MANHÃ (9h30)				ALMOÇO (10:45 às 12 h)						
Data	Bebida	Kcal	Fruta	Kcal	Carne	Guarnição	Arroz	Feijão	Kcal	
	Seg									
	Ter									
	Qua									
1	Qui	Fórmula Infantil	111	Mamão amassado	23	Carne moída bovina cozida	Couve cozida picadinha	Amassado	Amassado	108
2	Sex	Fórmula Infantil	111	Maçã raspadinha	28	Sassami cozido desfiado	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	102
			111		25					105
5	Seg	Fórmula Infantil	111	Laranja lima picadinha	23	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
6	Ter	Fórmula Infantil	111	Banana prata amassada	49	Coxa/sobrecoxa cozida desfiada	Repolho cozido picadinho	Amassado	Amassado	116
7	Qua	Independência								
8	Qui	Fórmula Infantil	111	Banana amassada	46	Carne moída bovina cozida	Couve cozida picadinha	Amassado	Amassado	108
9	Sex	Fórmula Infantil	111	Manga picadinha	26	Frango cozido desfiado	Brócolis cozido picadinho	Amassado	Amassado	107
			111		36					110
12	Seg	Fórmula Infantil	111	Mamão amassado	23	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
13	Ter	Fórmula Infantil	111	Banana prata amassada	49	Coxa/sobrecoxa cozida desfiada	Repolho cozido picadinho	Amassado	Amassado	116
14	Qua	Fórmula Infantil	111	Laranja lima picadinha	23	Mignon suíno cozido desfiado	Brócolis cozido picadinho	Amassado	Amassado	117
15	Qui	Aniversário Ponta Grossa								
16	Sex	Fórmula Infantil	111	Maçã raspadinha	28	Sassami cozido desfiado	Couve-flor cozida picadinha	Amassado	Amassado	101
			111		31					111
19	Seg	Fórmula Infantil	111	Maçã raspadinha	28	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
20	Ter	Fórmula Infantil	111	Laranja lima picadinha	23	Frango cozido desfiado	Repolho cozido picadinho	Amassado	Amassado	108
21	Qua	Fórmula Infantil	111	Banana amassada	46	Mignon suíno cozido desfiado	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	109
22	Qui	Fórmula Infantil	111	Mamão amassado	23	Carne moída bovina cozida	Couve cozida picadinha	Amassado	Amassado	108
23	Sex	Fórmula Infantil	111	Banana prata amassada	49	Sassami cozido desfiado	Repolho cozido picadinho	Amassado	Amassado	106
			111		34					108
26	Seg	Fórmula Infantil	111	Manga picadinha	26	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Repolho cozido picadinho	Amassado	Amassado	111
27	Ter	Fórmula Infantil	111	Maçã raspadinha	28	Coxa/sobrecoxa cozida desfiada	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	113
28	Qua	Fórmula Infantil	111	Banana amassada	46	Mignon suíno cozido desfiado	Escarola cozida picadinha	Amassado	Amassado	108
29	Qui	Fórmula Infantil	111	Mamão amassado	23	Carne moída bovina cozida	Couve cozida picadinha	Amassado	Amassado	108
30	Sex	Fórmula Infantil	111	Laranja lima picadinha	23	Sassami cozido desfiado	Batata salsa cozida amassada	Amassado	Amassado	107
			111		29					109
Médias Mensais:			111		32					109

A consistência das preparações deve ser evoluída gradativamente. No início amassada com um garfo. Em seguida, deve-se evoluir para alimentos picados em pedaços pequenos, raspados ou desfiados, para que a criança aprenda a mastigá-los. Não ofereça preparações líquidas e nem use liquidificador, mixer ou peneira. Tirar todas as sementes das frutas.

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

CARDÁPIO CRECHE (7 - 11 meses) MÊS: SETEMBRO/2022

LANCHE DA TARDE (13:30 às 14 h)				JANTAR (15:45 às 16:30 h)			VET	
Data	Bebida	Acompanhamento	Kcal	Carne	Guarnição	Kcal	475	
Seg								
Ter								
Qua								
1 Qui	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Isclas de patinho refogadas picadinhas	Arroz coz amassado, Batata coz amassada	86	453	
2 Sex	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Carne moída de frango refogada	Arroz cozido amassado, Cenoura cozida amassada	79	445	
			126			82	449	
5 Seg	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Pernil suíno moído refogado	Quirera, Cenoura cozida amassada	90	458	
6 Ter	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Ovo cozido picadinho	Arroz coz amassado, Batata salsa coz amassada	85	486	
7 Qua	Independência							
8 Qui	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Carne moída de frango refogada	Polenta, Repolho cozido picadinho	99	489	
9 Sex	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Isclas de patinho refogadas picadinhas	Batata salsa, Cenoura coz amassada; arroz	114	483	
			126			97	479	
12 Seg	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Pernil suíno moído refogado	Quirera, Cenoura cozida amassada	90	458	
13 Ter	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Carne moída bovina refogada	Polenta, Repolho cozido picadinho	102	503	
14 Qua	Fórmula Infantil	Banana prata amassada	138	Ovo cozido picadinho	Arroz coz amassado, Batata salsa coz amassada	85	473	
15 Qui	Aniversário Ponta Grossa							
16 Sex	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Isclas de patinho refogadas picadinhas	Arroz amassado, Batata cozida amassada	86	452	
			129			90	471	
19 Seg	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Pernil suíno moído refogado	Quirera, Batata cozida amassada	92	466	
20 Ter	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Isclas de patinho refogadas picadinhas	Aletria cozido amassado, Cenoura cozida amassada	80	447	
21 Qua	Fórmula Infantil	Banana prata amassada	138	Carne moída de frango refogada	Polenta, Repolho cozido picadinho	99	502	
22 Qui	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Carne moída bovina refogada	Arroz amassado, Batata cozida amassada	86	453	
23 Sex	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Ovo cozido picadinho	Arroz coz amassado, Batata salsa coz amassada	85	476	
			128			88	469	
26 Seg	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Pernil suíno moído refogado	Quirera, Cenoura cozida amassada	90	462	
27 Ter	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Carne moída bovina refogada	Aletria cozido amassado, Batata cozida amassada	84	461	
28 Qua	Fórmula Infantil	Banana prata amassada	138	Ovo cozido picadinho	Arroz papa, Feijão amassado	101	503	
29 Qui	Fórmula Infantil	Cereal banana, maçã s/ açúcar	126	Isclas de patinho refogadas picadinhas	Polenta, Repolho cozido picadinho	102	469	
30 Sex	Fórmula Infantil	Cereal 5 cereais s/ açúcar	126	Carne moída de frango refogada	Aletria cozido amassado, Batata salsa coz amassada	81	448	
			128			92	469	
Médias Mensais:			128			92	472	

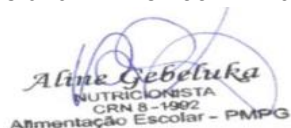
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - CARDÁPIO CRECHE (7 A 11 MESES)

CRECHE - 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS									
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LÍPIDIOS (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	7 -11 meses	475	65 a 77 g	12 a 18 g	13 a 18 g	350	35	182	5

RECOMENDAÇÕES DO FNDE - conforme Resolução nº 20, de 02/12/2020 que altera a Resolução nº 6, de 8/05/2020

	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LÍPIDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS		
					A	C	CÁLCIO	FERRO	
SETEMBRO 2022	Semana 1								
	Semana 2	479	70	18	14	380	46	361	8
	Semana 3	471	69	18	14	240	53	347	7
	Semana 4	469	69	18	13	252	51	347	7
	Semana 5	469	68	18	14	279	49	349	7
	MÉDIA MENSAL	472	69	18	14	288	50	351	7

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