

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



CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - TEMPO INTEGRAL (70% das necessidades nutricionais diárias)

FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos MÊS: JULHO/2023

							VET								
CAFÉ DA MANHÃ (8:00 às 9:00 horas)			ALMOÇO (11:00 às 12:30 horas)					LANCHE/TARDE (14:30 às 15:30 horas)				VET			
Dia	bebida	pão	recheio	kcal	salada	carne	guarnição	arroz	feijão	sobrem.	kcal	prato 1	prato 2	kcal	1150
1 Sab															
2 Dom															
3 Seg	Chá mate	Pão hot dog	Patê de ricota	248,4	Repolho	Isca de patinho c/ aipim	xxxxxxxxxxx	Arroz	Feijão	Limonada	519,4	Arroz doce	xxxxxxxxxxxxx	276,1	1043,9
4 Ter	Leite c/ cacau	Biscoito salgado	xxxxxxxxxx	311,2	Beterraba	Peixe assado	Batata doce	Arroz	Feijão	Maçã	588,7	Cereal c/ iogurte	de morango	291,7	1191,6
5 Qua	Leite c/ café	Pão caseiro	Margarina	348,3	Cenoura ral	Carne suína grelhada	Polenta cremosa	Arroz	Feijão	Abacaxi	603,1	Frapê de coco	Biscoito doce	290,6	1242,0
6 Qui	Chá mate	Pão integral	Pasta amendoim	257,7	Repolho	Carne m. bovina refogada	Macarrão/ ao sugo	Arroz	Feijão	Melão	584,2	Chá mate	Sanduíche c/ moída suín	303,5	1145,4
7 Sex	Leite c/ cacau	Pão francês	Margarina	398,3											
8 Sáb				312,8							573,9				1155,7
9 Dom															
10 Seg	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
11 Ter	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
12 Qua	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
13 Qui	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
14 Sex	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
15 Sáb															
16 Dom															
17 Seg	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
18 Ter	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
19 Qua	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
20 Qui	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
21 Sex	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
22 Sáb															
23 Dom															
24 Seg	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			FÉRIAS	FÉRIAS					FÉRIAS	FÉRIAS		
25 Ter	HTPC	HTPC	HTPC			HTPC	HTPC					HTPC	HTPC		
26 Qua	Feriado	Sant' Ana				Feriado Sar	nt' Ana					Feria	ado Sant'Ana		
27 Qui	Leite com café	Biscoito maisena	xxxxxxxxx	299	Cenoura ral.	Frango de panela (sassami)	Macarrão alho/óleo	Arroz	Feijão	Abacaxi	601,8	Canjica	xxxxxxxxxxxxx	278,5	1179,3
28 Sex	Chá mate	Pão hot dog	Pasta amendoim	268,1											
29 Sáb															
30 Dom															
	Leite c/cacau	Biscoito doce	xxxxxxxxxxx	323,1	Alface	Carne moída c/ molho	Polenta cremosa	Arroz	Feijão	Laranja	544,9	Canja	Pão	266,1	1134,1
Observa		1	1		1	1	1	1				'	ı	,	1155.7

Observações:

Os cardápios estão sujeitos a alterações devido a situações diversas que poderão surgir. ATENÇÃO 6/6 pode usar repolho ou rabanete conforme fornecedor da AF entregar

As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e se necessário adequar o cardápios para que os mesmos sejam utilizados.

ENTREGAS 26/6 VAI ATENDER ATÉ FÉRIAS - USAR PRIMEIRO OS MAIS PERECÍVEIS (FOLHAS E OUTROS)

Nutricionistas: Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103



e Gebeluka CRN 8 1992

1155,7

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DO CARDÁPIO

INTEGRAL - 70% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS								
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)			
CATEGORIA		(kcal)	55% a 65 % do VET	10% a 15% do VET	15 a 30 % do VET			
Ensino								
Fundamental	6-10 anos	1150	158 a 187 g	29 a 43 g	32 a 45 g			
RECOMENDAÇÕES DO FNDE - conforme Resolução nº 20, de 02/12/2020 que altera a Resolução nº 6, de 8/05/2020								

JULHO 2023

	VET	CARBOIDRATOS	PROTEÍNAS	LIPÍDIOS	
SEMANA 1	1155,7	177,9	44,5	30,1	
SEMANA 2					
SEMANA 3					
SEMANA 4					
SEMANA 5					
MÉDIA MENSAL	1155,7	177,9	44,5	30,1	

Nutricionistas: Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

Aline Gebeluka CRN 8 1992

.