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

CARDÁPIO CRECHE (7 - 11 meses) MÊS: AGOSTO/2023

		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									
1	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Frango refogado desfiado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	102
2	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana caturra amassada	55	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	107
3	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Mamão amassado	27	Carne moída bovina refogada	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	108
4	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Maçã raspadinha	34	Sassami cozido desfiado	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	112
		Médias Semana 1:	**111**		**34**					**107**
7	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
8	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Frango refogado desfiado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	102
9	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana caturra amassada	55	Mignon suíno cozido desfiado	Brócolis refogado picadinho	Amassado	Amassado	117
10	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Mamão amassado	27	Carne moída bovina refogada	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	108
11	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Maçã raspadinha	34	Frango refogado desfiado	Batata doce cozida amassada	Amassado	Amassado	103
		Médias Semana 2:	**111**		**33**					**108**
14	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Mignon suíno cozido desfiado	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	111
15	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Frango refogado desfiado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	102
16	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana caturra amassada	55	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Brócolis refogado picadinho	Amassado	Amassado	104
17	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Mamão amassado	27	Carne moída bovina refogada	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	108
18	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Maçã raspadinha	34	Sassami cozido desfiado	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	112
		Médias Semana 3:	**111**		**33**					**107**
21	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
22	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Frango refogado desfiado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	102
23	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana caturra amassada	55	Mignon suíno cozido desfiado	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	109
24	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Mamão amassado	27	Frango desfiado ao sugo	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	103
25	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Maçã raspadinha	34	Carne moída bovina refogada	Batata doce cozida amassada	Amassado	Amassado	108
		Médias Semana 4:	**111**		**33**					**106**
28	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Mignon suíno cozido desfiado	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	111
29	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Sassami cozido desfiado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	106
30	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana caturra amassada	55	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	107
31	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Mamão amassado	27	Carne moída bovina refogada	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	108
	Sex									
		Médias Semana 5:	**111**		**33**					**108**
Médias Mensais:			**111**		**33**					**107**

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

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

Feliz Dia Dos Pais

CARDÁPIO CRECHE (7 - 11 meses) MÊS: AGOSTO/2023

LANCHE DA TARDE (13:30 às 14 h)					JANTAR (15:45 às 16:30 h)			VET
Data		Bebida	Fruta	Kcal	Carne	Guarnição	Kcal	475
	Seg							
1	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	144	Pernil suíno moído refogado	Papa de macarrão aletria, cenoura cozida amassada	85	462
2	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída bovina refogada	Polenta cremosa, repolho refogado picadinho	102	491
3	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Ovos mexidos c espinafre picadinho	Arroz papa, batata cozida amassada	92	485
4	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Iscas de patinho refogada picadinha	Arroz papa, couve refogada picadinha	84	456
		Médias Semana 1:		**131**			**91**	**474**
7	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã raspadinha	122	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	111	481
8	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Carne moída bovina refogada	Papa de macarrão aletria, acelga refogada picadinha	87	467
9	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída de frango refogada	Arroz papa, batata cozida amassada	89	489
10	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Ovo cozido picadinho	Arroz papa, cenoura cozida amassada	86	480
11	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Iscas de patinho refogada picadinha	Feijão e arroz amassado, batata cozida amassada	106	469
		Médias Semana 2:		**130**			**96**	**477**
14	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Melão raspadinho	109	Frango refogado desfiado	Polenta cremosa, repolho refogado picadinho	96	454
15	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	111	491
16	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída bovina refogada	Papa de macarrão aletria, acelga refogada picadinha	87	473
17	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	144	Ovos mexidos c espinafre picadinho	Mingau de alho, couve-flor refogada picadinha	88	477
18	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Iscas de patinho refogada picadinha	Arroz papa, repolho refogado picadinho	83	455
		Médias Semana 3:		**127**			**93**	**470**
21	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Mamão amassado	116	Pernil suíno moído refogado	Papa de macarrão aletria, acelga refogada picadinha	92	456
22	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Carne moída bovina refogada	Polenta cremosa, couve refogada picadinha	103	483
23	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Iscas de patinho refogada picadinha	Quirera com legumes	106	497
24	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Ovo cozido picadinho	Feijão amassado com caldo, Arroz papa	101	489
25	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída de frango refogada	Arroz, batata e cenoura cozida amassada	93	462
		Médias Semana 4:		**129**			**99**	**477**
28	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã raspadinha	122	Carne moída de frango refogada	Quirera com legumes	103	474
29	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Pernil suíno moído refogado	Arroz papa, couve refogada picadinha	89	474
30	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída bovina refogada	Papa de macarrão aletria, acelga refogada picadinha	87	476
31	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Iscas de patinho refogada picadinha	Arroz papa, repolho refogado picadinho	83	476
	Sex							
		Médias Semana 5:		**133**			**90**	**475**
Médias Mensais:				**130**			**94**	**475**

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

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - CARDÁPIO CRECHE (7 A 11 MESES)

CRECHE - 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS									
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
						A	C	CÁLCIO	FERRO
AGOSTO 2023	Semana 1	474	74	14	14	240	71	269	5
	Semana 2	477	74	14	14	238	70	265	4
	Semana 3	470	72	14	14	240	68	265	4
	Semana 4	477	74	15	14	249	79	271	5
	Semana 5	475	72	14	14	248	62	263	4
	MÉDIA MENSAL	**475**	**73**	**14**	**14**	**243**	**70**	**267**	**4**

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