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

CARDÁPIO CRECHE (1 - 3 anos) MÊS: JULHO/2023

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
3	Seg	Vitamina de banana, mamão, maçã, e aveia			197	Iscas de coxão mole ao molho	Batata rústica assada	Parbo	Preto	Poncã	205
4	Ter	Leite com cacau	Pão francês	Queijo mussarela	199	Coxa/sobrecoxa crocante assada	Salada: repolho	Parbo	Preto	Melão	192
5	Qua	Leite integral puro	Pão caseiro fatiado	Manteiga	149	Filé mignon suíno na pressão	Brócolis refogado	Parbo	Preto	Banana	233
6	Qui	Leite integral puro	Pão bisnaguinha	Nata	147	Frango desfiado ao sugo	Farofa de couve (far mandioca)	Parbo	Preto	Mamão	242
7	Sex	Leite integral puro	Pão integral fatiado	Pasta de amendoim	175	Almôndegas bovinas assadas	Purê de aipim	Parbo	Preto	Laranja pera	205
		Médias Semana 1:			**173**						**215**
10	Seg	**FÉRIAS**									
11	Ter	**FÉRIAS**									
12	Qua	**FÉRIAS**									
13	Qui	**FÉRIAS**									
14	Sex	**FÉRIAS**									
		Médias Semana 2:									
17	Seg	**FÉRIAS**									
18	Ter	**FÉRIAS**									
19	Qua	**FÉRIAS**									
20	Qui	**FÉRIAS**									
21	Sex	**FÉRIAS**									
		Médias Semana 3:									
24	Seg	**FÉRIAS**									
25	Ter	**HTPC**									
26	Qua	**FERIADO - SANT'ANA**									
27	Qui	Leite puro	Pão bisnaguinha	Pasta de amendoim	169	Carne moída bovina ao sugo	Salada: cenoura ralada	Parbo	Preto	Mamão	189
28	Sex	Leite com cacau	Pão francês	Manteiga	187	Estrogonofe de frango (sassami)	Batata doce assada c/orégano	Parbo	Preto	Laranja pera	261
		Médias Semana 4:									
31	Seg	Leite integral puro	Farofa de ovos, com	milho e ervilha	159	Mignon suíno assado ao molho laranja	Batata sauté	Parbo	Preto	Poncã	219
	Ter										
	Qua										
	Qui										
	Sex										
		Médias Semana 5:									
Médias Mensais:					**173**						**215**

Responsável técnico (a): 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

EDUCAÇÃO

CARDÁPIO CRECHE (1 - 3 anos) MÊS: JULHO/2023

		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
3	Seg	Arroz doce com canela (adoçado c/ uvas passas)		152	Acelga	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	186	740
4	Ter	Fondue de banana (rodelas) e mamão (picado)		169	Beterraba	Quibe de panela	Polenta cremosa	199	758
5	Qua	Leite puro	Farinha de milho	188	Almeirão	Ovos mexidos	Mingau de alho	181	750
6	Qui	Leite puro	Bolo de cenoura integral(adoçado c/uvas passas	201	Suco de Maracujá, X-TUDO (iscas bovinas, suínas e de frango grelhadas c/ tomate e cebola, alface e pão hot dog)			182	772
7	Sex	Canjica com coco (adoçado c/ uvas passas)		155	Canja (carne moída de frango, batata, cenoura, arroz)			173	708
		Médias Semana 1:		**173**				**184**	**746**
10	Seg	**FÉRIAS**							
11	Ter	**FÉRIAS**							
12	Qua	**FÉRIAS**							
13	Qui	**FÉRIAS**							
14	Sex	**FÉRIAS**							
		Médias Semana 2:							
17	Seg	**FÉRIAS**							
18	Ter	**FÉRIAS**							
19	Qua	**FÉRIAS**							
20	Qui	**FÉRIAS**							
21	Sex	**FÉRIAS**							
		Médias Semana 3:							
24	Seg	**FÉRIAS**							
25	Ter	**HTPC**							
26	Qua	**FERIADO - SANT'ANA**							
27	Qui	Fondue de banana (rodelas) e mamão (picado)		169	Escarola	Pernil suíno moído refogado	Arroz com batata	139	665
28	Sex	Frapê de maracujá	Torta integral de sardinha	193	Sopa de legumes (iscas de patinho, macarrão sopa letras, batata, cenoura, repolho)			112	753
		Médias Semana 4:							
31	Seg	Arroz doce com canela (adoçado c/ uvas passas)		152	Acelga	Carne moída de frango refogada	Quirera com legumes	177	707
	Ter								
	Qua								
	Qui	Fondue: o creme pode ser só de leite em pó, ou mistura com cacau e/ou pasta de amendoim.							
	Sex								
		Médias Semana 5:							
Médias Mensais:				**173**				**184**	**746**

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

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - CARDÁPIO CRECHE (1 A 3 ANOS)

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	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

		ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
						A	C	CÁLCIO	FERRO
JULHO 2023	Semana 1	746	107	29	24	249	67	367	6
	Semana 2								
	Semana 3								
	Semana 4								
	Semana 5								
	MÉDIA MENSAL	**746**	**107**	**29**	**24**	**249**	**67**	**367**	**6**

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

RESOLUÇÃO DO FNDE Nº 6 de 08/05/2020

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

NOTA TÉCNICA Nº 1894784/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE

4. RECOMENDAÇÕES

"...faz-se urgente e necessário o ajuste de algumas condutas para o atendimento de crianças até 3 anos de idade, conforme as determinações da Resolução CD/FNDE "nº 6/2020, que seguem."

4.1.1. Retirar os alimentos ultraprocessados dos cardápios.

4.1.2. Retirar o açúcar de adição em vitaminas, sucos de fruta, leite, mingaus e preparações similares.

4.1.3. Retirar a bebida "café" dos cardápios.

Orientações para Adoçar as Preparações:

Para adoçar determinadas preparações de forma saudável, foram adquiridas uvas-passas para os cardápios da creche em 2023. Banana e maçã também são ótimas opções para esta finalidade. O leite em pó também é uma boa alternativa para adoçar alguns pratos como canjica, arroz doce, mingau, etc.

É indispensável um trabalho pedagógico permanente de educação alimentar e nutricional junto aos alunos e seus familiares para a mudança dos hábitos alimentares.