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

CARDÁPIO CRECHE (7 – 11 meses) MÊS: OUTUBRO/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
2	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Banana prata amassada	59	Mignon suíno cozido desfiado	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	111
3	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Melão raspadinho	20	Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	116
4	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Banana Caturra amassada	55	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	112
5	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Papa de Manga	31	Carne moída bovina refogada	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	104
6	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Maçã raspadinha	34	Sassami cozido c/ molho desfiado	Brócolis refogado picadinho	Amassado	Amassado	111
		Médias Semana 1:			**40**					**111**
9	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Laranja lima picadinha	32	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
10	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Melão raspadinho	20	Frango refogado desfiado	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	102
11	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Banana Caturra amassada	55	Mignon suíno cozido desfiado	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	118
12	Qui	**FERIADO: NOSSA SENHORA APARECIDA/DIA DAS CRIANÇAS**								
13	Sex	**RECESSO**								
		Médias Semana 2:			**36**					**110**
16	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Banana prata amassada	59	Mignon suíno cozido desfiado	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	111
17	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Melão raspadinho	20	Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	116
18	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Banana Caturra amassada	59	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	112
19	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Papa de Manga	31	Carne moída bovina ao sugo	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	104
20	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Maçã raspadinha	34	Sassami cozido c/ molho desfiado	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	112
		Médias Semana 3:			**40**					**111**
23	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Banana prata amassada	59	Carne moída bovina refogada	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	106
24	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Melão raspadinho	20	Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	116
25	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Banana Caturra amassada	55	Mignon suíno cozido desfiado	Couve Refogada picadinha	Amassado	Amassado	113
26	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Papa de Manga	31	Frango refogado desfiado	Brócolis refogado picadinho	Amassado	Amassado	111
27	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Maçã raspadinha	34	Iscas de coxão mole cozidas picadinhas	Batata Doce amassada	Amassado	Amassado	112
		Médias Semana 4:			**40**					**111**
30	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Laranja pera	26	Mignon suíno cozido desfiado	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	111
31	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Melão raspadinho	20	Sassami cozido c/ molho desfiado	Couve Refogada picadinha	Amassado	Amassado	107
	Qua				**23**					**109**
	Qui									
	Sex									
		Médias Semana 5:								
Médias Mensais:					**39**					**110**

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

CARDÁPIO CRECHE (7 – 11 meses) MÊS: OUTUBRO/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
2	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Carne moída de frango refogada	Polenta Cremosa	92	479
3	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	133	Pernil suíno moído ao molho	Papa de macarrão aletria, cenoura cozida amassada	85	465
4	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã Raspadinha	108	Carne moída bovina ao molho	Arroz papa, batata salsa e cenoura amassada	84	470
5	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Ovos mexidos c/ espinafre picadinho	Mingau de Alho	123	474
6	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	133	Iscas de patinho refogada picadinha	Feijão amassado com caldo e arroz papa	101	489
		Médias Semana 1:		**117**			**97**	**476**
9	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	133	Pernil suíno moído refogado	Arroz papa, batata salsa cozida amassada	90	475
10	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Carne moída de frango refogada	Papa de macarrão aletria, cenoura cozida amassada	77	417
11	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã Raspadinha	108	Carne moída bovina ao molho	Feijão amassado com caldo e arroz papa	101	493
12	Qui	**FERIADO: NOSSA SENHORA APARECIDA/DIA DAS CRIANÇAS**						
13	Sex	**RECESSO**						
		Médias Semana 2:		**116**			**89**	**462**
16	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Frango refogado desfiado	Arroz papa, batata cozida amassada	81	468
17	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	133	Pernil suíno moído ao molho	Polenta Cremosa	92	472
18	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Melão Raspadinho	95	Carne moída bovina refogada	Feijão amassado com caldo e arroz papa	101	477
19	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Ovo cozido picadinho	Arroz papa, batata cozida amassada	90	442
20	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 3	Banana prata amassada	133	Iscas de patinho refogada picadinha	Mingau de alho, couve-flor refogada picadinha	119	508
		Médias Semana 3:		**115**			**96**	**473**
23	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Pernil suíno moído refogado	Arroz papa, batata e cenoura cozidas amassadas	94	476
24	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	133	Carne moída bovina refogada	Papa de macarrão aletria, cenoura cozida amassada	80	460
25	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Papa de Manga	105	Iscas de patinho refogada picadinha	Polenta Cremosa	95	479
26	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Ovos cremosos	Arroz papa, batata cozida amassada	124	483
27	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	133	Carne moída de frango refogada	Feijão amassado com caldo e arroz papa	83	473
		Médias Semana 4:		**117**			**95**	**474**
30	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	107	Carne moída de frango refogada	Arroz papa, batata cozida amassada	83	437
31	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	133	Pernil suíno moído refogado	Mingau de Alho com cenoura	122	493
	Qua			**120**			**103**	**465**
	Qui							
	Sex							
		Médias Semana 5:						
Médias Mensais:				**116**			**94**	**471**

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
OUTUBRO 2023	Semana 1	476	76	14	14	223	57	246	4
	Semana 2	462	68	14	12	228	69	250	4
	Semana 3	473	75	14	13	222	60	244	4
	Semana 4	474	75	15	14	222	60	252	4
	Semana 5								
	MÉDIA MENSAL	**471**	**74**	**14**	**13**	**224**	**61**	**248**	**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