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

CARDÁPIO CRECHE (1 – 3 anos) MÊS: FEVEREIRO/2024

Data		CAFÉ DA MANHÃ (8 às 8:45 h)				ALMOÇO (10:45 às 12 h)					
		Bebida	Pão /outros	Recheio	Kcal	Carne	Guarnição / Salada	Arroz	Feijão	Sobremesa	Kcal
	Seg										
	Ter										
	Qua										
1	Qui										
2	Sex										
		Médias Semana 1:									
5	Seg	***HTPC***									
6	Ter	***HTPC***									
7	Qua	***HTPC***									
8	Qui	Vitamina de frutas (banana prata, maçã, mamão) com aveia			158	Sassami picadinho ao sugo	Farofa de couve (far mandioca)	Parbo	Preto	Mamão	223
9	Sex	Leite puro	Pão caseiro	Nata c/ cheiro verde	132	Carne moída de frango ao molho	Farofa de repolho (far mandioca)	Parbo	Preto	Banana	255
		Médias Semana 2:									
12	Seg	***RECESSO***									
13	Ter	***CARNAVAL***									
14	Qua	***CINZAS***									
15	Qui	Frapê de amendoim com cacau e leite em pó			85	Estrogonofe de frango (sassami)	Purê de batata	Parbo	Preto	Goiaba	258
16	Sex	Chá de erva doce	Pão bisnaguinha	Nata c/ cheiro verde	93	Carne moída de frango refogada	Salada de pepino	Parbo	Preto	Melão	170
		Médias Semana 3:									
19	Seg	Mingau de aveia com banana e canela			153	Mignon suíno picado com molho	Batata palito assada	Parbo	Preto	Goiaba	212
20	Ter	Leite puro	Pão Francês	Manteiga	166	Quibe assado	Cenoura sauté	Parbo	Preto	Maçã	232
21	Qua	Leite puro	Pão Francês	Patê ricota c/orégano	170	Coxa e sobrecoxa Crocante	Couve refogada	Parbo	Preto	Banana	241
22	Qui	Chocolate cremoso	Pão Integral	Nata c/ cheiro verde	207	Sassami picadinho grelhado c/ cebola	Farofa de milho verde (far mandi)	Parbo	Preto	Mamão	243
23	Sex	Leite puro	Pão integral	Queijo minas	172	Pernil suino moído refogado	Farofa de abobrinha	Parbo	Preto	Melão	217
		Médias Semana 4:			**173**						**229**
26	Seg	Chá de maçã	Farofa de ovos com milho e ervilha		132	Iscas de coxão mole refogadas	Batata cozida c/ molho de tomate	Parbo	Preto	Maçã	226
27	Ter	Leite puro	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	149	Coxa e sobrecoxa assada	Salada de beterraba cozida	Parbo	Preto	Goiaba	203
28	Qua	Leite com cacau	Pão bisnaguinha	Creme cacau/amendoim	203	Mignon suíno assado com molho	Repolho refogado	Parbo	Preto	Banana	230
29	Qui	Leite puro	Pão caseiro	Nata c/ cheiro verde	132	Estrogonofe de frango (sassami)	Farofa de couve (far mandioca)	Parbo	Preto	Melão	249
	Sex										
		Médias Semana 5:			**154**						**227**
Médias Mensais:					**164**						**228**

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 (1 – 3 anos) MÊS: FEVEREIRO/2024

Data		LANCHE DA TARDE (13:30 às 14:30 h)			JANTAR (15:45 às 16:30 h)				VET
		Bebida	**Acompanhamento**	**Kcal**	**Salada**	**Carne**	**Guarnição**	**Kcal**	**708**
	Seg								
	Ter								
	Qua								
1	Qui								
2	Sex								
		Médias Semana 1:							
5	Seg	***HTPC***							
6	Ter	***HTPC***							
7	Qua	***HTPC***							
8	Qui	Leite puro	Bolo de abóbora adoçado c/ uvas passas	176	Alface	Ovos mexidos	Arroz branco, Batata cozida	150	706
9	Sex	Mamão e banana amassados com aveia e leite em pó		173	Sopa de legumes (iscas de coxão mole, macarrão aletria, batata salsa, batata, repolho); pão			141	700
		Médias Semana 2:							
12	Seg	***RECESSO***							
13	Ter	***CARNAVAL***							
14	Qua	***CARNAVAL***							
15	Qui	Salada de frutas (maçã, banana, melão, mamão) c/ leite em pó e aveia		182	Escarola	Omelete	Arroz branco com milho e ervilha	147	672
16	Sex	Leite puro	Cookie banana e aveia adoçado c/ passas	156	Canja (peito de frango desfiado, arroz, batata, cenoura); pão			201	620
		Médias Semana 3:							
19	Seg	Arroz doce com canela (adoçado c/ uvas passas)		152	Tomate	Sassami picadinho cozido ao sugo	Quirera com legumes	182	698
20	Ter	Frapê cremoso de banana, pasta de amendoim e cacau		149	Pepino	Risoto de frango com milho verde		186	733
21	Qua	Leite puro	Bolo de aveia com banana e cacau	181	Alface	Carne moída de frango refogada	Macarrão de arroz parafuso ao sugo	120	711
22	Qui	Frapê de maçã	Torrada com tomate, azeite e orégano	163	Pepino	Carne moída bovina ao sugo	Arroz branco, Cenoura sauté	138	751
23	Sex	Sagu com suco de laranja concentrado		137	Escarola	Macarrão espaguete integral com molho de frango desfiado		128	654
		Médias Semana 4:		**156**				**151**	**709**
26	Seg	Canjica com coco ralado (adoçado c/ uvas passas)		155	Pepino	Pernil suíno ao molho	Macarrão espaguete alho e óleo; feijão preto	163	676
27	Ter	Iogurte natural batido c/ leite pó	Mamão e banana picados	196	Repolho	Ovos cozidos picadinhos temperados com orégano	Arroz branco, Feijão preto	165	712
28	Qua	Salada de frutas (maçã, banana, melão, mamão) c/ leite em pó e aveia		169	Alface	Carne moída de frango ao sugo	Polenta cremosa	157	759
29	Qui	Sagu com leite e canela		153	Suco de laranja, Sanduíche de Iscas de patinhos grelhadas aceboladas, Pão hot dog			159	693
	Sex								
		Médias Semana 5:		**168**				**161**	**710**
Médias Mensais:				**162**				**161**	**710**

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	
FEVEREIRO 2024						A	C	CÁLCIO	FERRO
	Semana 1								
	Semana 2								
	Semana 3								
	Semana 4	709	107	26	20	296	40	285	4
	Semana 5	710	107	25	20	123	62	304	5
	MÉDIA MENSAL	**709,5**	**106,8**	**25,5**	**20,3**	**209,6**	**50,9**	**294,7**	**4,5**

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, são adquiridas uvas-passas para os cardápios da creche. 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.