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

CARDÁPIO CRECHE (7 - 11 meses) MÊS: MARÇO/2024

Purê de goiaba: colocar a fruta no liquidificador sem a casca com um pouco de água e triturar. Coar antes de servir. Em hipótese alguma servir resíduos de semente.

Data		CAFÉ MANHÃ (8 às 8:30 h)		LANCHE MANHÃ (9h30)		ALMOÇO (10:45 às 12 h)				
		Bebida	Kcal	Fruta	Kcal	Carne	Guarnição	Arroz	Feijão	Kcal
	Seg									
	Ter									
	Qua									
	Qui									
1	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Ovos mexidos c/ espinafre	Cenoura cozida amassada	Amassado	Amassado	110
		Médias Semana 1:								
4	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Purê de goiaba (sem semente)	32	Frango desfiado ao molho	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	104
5	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Abacate amassado	48	Frango desfiado refogado	Abobrinha cozida amassada	Amassado	Amassado	106
6	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Ovos mexidos	Batata doce cozida amassada	Amassado	Amassado	113
7	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Mamão amassado	27	Iscas de patinho refogada picadinha	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	113
8	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Mignon suíno ao molho desfiado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	112
		Médias Semana 2:	**111**		**39**					**110**
11	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Purê de goiaba (sem semente)	32	Iscas de patinho refogada desfiada	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	106
12	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Abacate amassado	48	Moída de frango refogada	Abóbora cozida amassada	Amassado	Amassado	99
13	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Frango desfiado refogado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	106
14	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Mamão amassado	27	Pernil suíno moído refogado	Couve refogada picada	Amassado	Amassado	113
15	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Frango desfiado refogado	Abobrinha cozida amassada	Amassado	Amassado	106
		Médias Semana 3:	**111**		**39**					**106**
18	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Purê de goiaba (sem semente)	32	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
19	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Abacate amassado	48	Frango desfiado refogado	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	112
20	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Mignon suíno ao molho desfiado	Abobrinha cozida amassada	Amassado	Amassado	112
21	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana prata amassada	59	Carne moída bovina refogada	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	107
22	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Sassami cozido desfiado	Abóbora cozida amassada	Amassado	Amassado	101
		Médias Semana 4:	**111**		**46**					**108**
25	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Purê de goiaba (sem semente)	32	Mignon suíno ao molho desfiado	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	111
26	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Abacate amassado	48	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata doce sauté	Amassado	Amassado	112
27	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Frango desfiado refogado	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	106
28	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Laranja lima picadinha	28	Carne moída bovina refogada	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	113
29	Sex	***PAIXÃO***								
		Médias Semana 5:	**111**		**41**					**110**
Médias Mensais:			**111**		**41**					**109**

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: MARÇO/2024

Data		LANCHE DA TARDE (13:30 às 14 h)			JANTAR (15:45 às 16:30 h)			VET
		Bebida	Fruta	Kcal	Carne	Guarnição	Kcal	475
	Seg							
	Ter							
	Qua							
	Qui							
1	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	155	Frango desfiado ao molho	Arroz papa, Batata cozida amassada	76	485
		Médias Semana 1:						
4	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Pernil suíno moído refogado	Arroz papa, Batata salsa cozida amassada	90	461
5	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	154	Iscas de patinho refogada desfiada	Arroz papa, Abóbora cozida amassada	78	497
6	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Maçã raspadinha	129	Mignon suíno ao molho desfiado	Quirera com legumes amassados	111	519
7	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Moída de frango refogada	Macarrão aletria cozido amassado, repolho refogado picado	83	458
8	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	155	Frango desfiado ao molho	Arroz papa, Cenoura cozida amassada	78	489
		Médias Semana 2:		**137**			**88**	**485**
11	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Pernil suíno moído refogado	Arroz papa, Feijão amassado	106	478
12	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	155	Mignon suíno ao molho desfiado	Macarrão aletria cozido amassado, Batata cozida amassada	89	502
13	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Maçã raspadinha	129	Iscas de patinho refogada desfiada	Arroz papa, Cenoura cozida amassada	79	481
14	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Ovos cozidos picadinhos	Arroz papa, Batata cozida amassada	82	457
15	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	155	Frango desfiado ao molho	Quirera com legumes amassados	115	520
		Médias Semana 3:		**137**			**94**	**487**
18	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Pernil suíno moído refogado	Arroz papa, Lentilha amassada	91	467
19	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	155	Carne moída bovina refogada	Macarrão aletria cozido amassado, repolho refogado picado	86	512
20	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Maçã raspadinha	129	Ovos mexidos	Arroz papa, Batata cozida amassada	86	494
21	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Frango desfiado ao molho	Arroz papa, Cenoura cozida amassada	88	488
22	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	155	Iscas de patinho refogada desfiada	Macarrão aletria cozido amassado, Batata cozida amassada	84	484
		Médias Semana 4:		**137**			**87**	**489**
25	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Mignon suíno ao molho desfiado	Macarrão aletria cozido amassado, Cenoura cozida amassada	85	462
26	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	155	Sassami cozido desfiado	Macarrão aletria cozido amassado, Batata cozida amassada	83	508
27	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Abacate amassado	144	Carne moída bovina refogada	Arroz papa, Batata cozida amassada	82	497
28	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	123	Moída de frango refogada	Arroz papa, Batata doce cozida amassada	81	456
29	Sex	***PAIXÃO***						
		Médias Semana 5:		**136**			**83**	**481**
		Médias Mensais:		**137**			**88**	**485**

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
MARÇO 2024	Semana 1								
	Semana 2	485,0	75	14	15	269	81	272	4
	Semana 3	487,0	75	15	15	273	82	274	5
	Semana 4	489,0	76	14	15	253	66	268	5
	Semana 5	481,0	71	14	15	249	74	271	4
	MÉDIA MENSAL	**485,5**	**74,3**	**14,3**	**15,0**	**261,0**	**75,8**	**271,3**	**4,6**

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