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

CARDÁPIO CRECHE (7 – 11 meses) MÊS: NOVEMBRO/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									
	Ter									
1	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	110,9	Papa de Manga	31	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
2	Qui	FERIADO: FINADOS								
3	Sex	HTPC								
		Médias Semana 1:								
6	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Mignon suíno ao molho desfiado	Repolho refogado picado	Amassado	Amassado	112
7	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Coxa/sobrecoxa ao molho desfiada	Aipim amassado	Amassado	Amassado	122
8	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana Caturra amassada	55	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata doce amassada	Amassado	Amassado	112
9	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Carne moída bovina refogada	Abobrinha ref. com tomate	Amassado	Amassado	107
10	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Pêssego picadinho	22	Frango desfiado ao molho	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	100
		Médias Semana 2:	**111**		**30**					**111**
13	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
14	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Frango desfiado ao molho	Abobrinha refogada amassada	Amassado	Amassado	102
15	Qua	FERIADO: PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA								
16	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana prata amassada	59	Carne moída bovina refogada	Repolho refogado picado	Amassado	Amassado	107
17	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Maçã raspadinha	34	Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho	Cenoura ref. com tomate	Amassado	Amassado	113
		Médias Semana 3:	**111**		**35**					**108**
20	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Mignon suíno ao molho desfiado	Chuchu refogado amassado	Amassado	Amassado	108
21	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho	Brócolis refogado picadinho	Amassado	Amassado	121
22	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Pêssego picadinho	22	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Aipim amassado	Amassado	Amassado	117
23	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Papa de Manga	31	Carne moída bovina refogada	Cenoura refogada amassada	Amassado	Amassado	104
24	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana Caturra amassada	55	Frango desfiado ao molho	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	104
		Médias Semana 4:	**111**		**31**					**111**
27	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Laranja lima picadinha	28	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Couve refogada picada	Amassado	Amassado	112
28	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Melão raspadinho	20	Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho	Repolho refogado picado	Amassado	Amassado	116
29	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Papa de Manga	31	Mignon suíno ao molho desfiado	Abobrinha refogada amassada	Amassado	Amassado	112
30	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	111	Banana Caturra amassada	55	Frango desfiado ao molho	Batata doce amassada	Amassado	Amassado	107
	Sex									
		Médias Semana 5:	**111**		**33**					**112**
Médias Mensais:			**111**		**32**					**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

20 de novembro
Dia da Consciência Negra

CARDÁPIO CRECHE (7 – 11 meses) MÊS: NOVEMBRO/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							
	Ter							
1	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída bovina refogada	Polenta Cremosa	95	462
2	Qui	FERIADO: FINADOS						
3	Sex	HTPC						
		Médias Semana 1:						
6	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Frango desfiado ao sugo	Arroz papa com batata amassada	81	479
7	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã Raspadinha	122	Pernil suíno moído ao molho	Mingau de Alho	98	473
8	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída bovina refogada	Polenta Cremosa	95	490
9	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Ovos cremosos	Feijão amassado com caldo e arroz papa	105	498
10	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã Raspadinha	122	Iscas de patinho refogada picadinha	Arroz papa com batata amassada	86	441
		Médias Semana 2:		**131**			**93**	**476**
13	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Pernil suíno moído ao molho	Papa de Macarrão aletria + cenoura cozida amassada	85	481
14	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída bovina refogada	Feijão amassado com caldo e arroz papa	101	450
15	Qua	FERIADO: PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA						
16	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Ovos cremosos	Polenta Cremosa	100	493
17	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 3	Banana prata amassada	148	Iscas de patinho refogada picadinha	Arroz papa com cenoura amassada	82	486
		Médias Semana 3:		**132**			**92**	**477**
20	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Carne moída bovina refogada	Feijão amassado com caldo e arroz papa	101	494
21	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Pernil suíno moído ao molho	Papa de macarrão aletria + batata cozida amassada	90	458
22	Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã Raspadinha	122	Frango desfiado ao sugo	Quirera com legumes amassados	100	472
23	Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Ovos cremosos	Arroz papa com batata salsa amassada	89	481
24	Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Iscas de patinho refogada picadinha	Polenta Cremosa	95	482
		Médias Semana 4:		**130**			**95**	**478**
27	Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Banana prata amassada	148	Pernil suíno moído ao molho	Lentilha amassada com caldo e arroz papa	109	507
28	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Carne moída bovina refogada	Arroz papa com cenoura e abobrinha amassada	82	445
29	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Maçã Raspadinha	122	Iscas de patinho refogada picadinha	Papa de Macarrão aletria + cenoura cozida amassada	80	456
30	Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Inf 2	Laranja lima picadinha	116	Ovos cremosos	Mingau de alho com cenoura amassada	97	486
	Sex							
		Médias Semana 5:		**126**			**92**	**473**
		Médias Mensais:		**130**			**93**	**476**

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
NOVEMBRO 2023	Semana 1								
	Semana 2	475	75	14	14	240	50	258	5
	Semana 3	477	75	15	14	252	52	264	5
	Semana 4	478	75	15	14	259	60	261	5
	Semana 5	473	72	14	14	250	62	265	5
	MÉDIA MENSAL	**476**	**74**	**15**	**14**	**250**	**56**	**262**	**5**

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