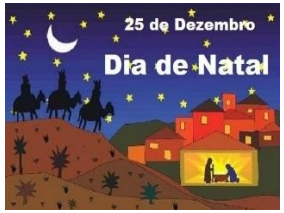
PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTA GROSSA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL - TEMPO PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos **MÊS: DEZEMBRO/2023**

Horário das refeições Manhã: 10:00 às 10:45 horas Tarde: 14:45 às 15:30 horas **VET = 329 kcal**

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
				01/12/2023
				Salada de repolho
				Peixe empanado
				Arroz e feijão
				Mamão **415,2 Kcal**
04/12/2023	**05/12/2023**	**06/12/2023**	**07/12/2023**	**08/12/2023**
Salada de pepino	Arroz doce	Salada de alface	Canjica	Salada de beterraba
Macarrão alho e óleo	Maçã	Quirera c/ carne m. suína e cheiro verde	Maçã	Copa lombo assado
Carne frango grelhada (sassami)		Mamão		Batata inglesa ou aipim sauté
Laranja				Arroz e feijão
323,8 Kcal	**348,9 Kcal**	**296,3 Kcal**	**351,3 Kcal**	Abacaxi **468,4 Kcal**
11/12/2023	**12/12/2023**	**13/12/2023**	**14/12/2023**	**15/12/2023**
Salada de pepino	Cereal com iogurte	Suco de laranja	Frapê de maçã	Salada de alface
Polenta c/ molho de carne moída	Maçã	Sanduíche de carne moída suína	Quibe assado	Arroz e feijão
Laranja			Mamão	Carne bovina de panela
275,6 Kcal	**364,5 Kcal**	**289,5 Kcal**	**336,7 Kcal**	Abacaxi **352,2 Kcal**
18/12/2023	**19/12/2023**	**20/12/2023**	**21/12/2023**	**22/12/2023**
Salada de cenoura	Pão com ovos mexidos	Leite com café	**HTPC**	**RECESSO**
Quirera c/ carne moída suína	Suco de uva	Bolo de chocolate	**HTPC**	**RECESSO**
		Maçã	**HTPC**	**RECESSO**
267,3 Kcal	**254,3 Kcal**	**458,4 Kcal**	**HTPC**	**RECESSO**
25/12/2023	**26/12/2023**	**27/12/2023**	**28/12/2023**	**29/12/2023**
RECESSO	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**
RECESSO	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**
RECESSO	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**
RECESSO	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**	**RECESSO**

Observações:

Os cardápios estão sujeitos a alterações devido a situações diversas que poderão surgir como atrasos em entregas, alimentos com vencimentos próximos DEVEM SER PRIORIZADOS NO USO

NUTRICIONISTAS: ELAINE FERNANDES PUPO CRN 8 - 103 **ALINE GEBELUKA CRN 8 – 1992**

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL DO CARDÁPIO

PARCIAL - 20% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS					
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
			55% a 65 % do VET	10% a 15% do VET	15 a 35 % do VET
Ensino Fundamental	6 -10 anos	329	45 a 53 g	8 a 12 g	9 a 13 g
RECOMENDAÇÕES DO FNDE - conforme Resolução nº 20, de 02/12/2020 que altera a Resolução nº 6, de 8/05/2020					

		VET	CARBOIDRATOS	PROTEÍNAS	LIPÍDIOS
DEZEMBRO 2023	SEMANA 1				
	SEMANA 2	357,7	54,6	14,9	9,5
	SEMANA 3	323,7	53,3	12,6	6,9
	SEMANA 4	326,7	50,8	10,6	9,3
	SEMANA 5				
	MÉDIA MENSAL	**336,0**	**52,9**	**12,7**	**8,6**

NUTRICIONISTAS: ELAINE FERNANDES PUPO CRN 8 - 103

Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

ALINE GEBELUKA CRN 8 – 1992

Aline Gebeluka
NUTRICIONISTA
CRN 8-1992
Alimentação Escolar - PMPG