

CARDÁPIO



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



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - TEMPO PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)**  
**FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos**  
**MÊS: MAIO/2024**

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	
		01/05/24	02/05/24	03/05/24	
		FERIADO	Sanduíche de frango e alface	Salada de alface	
		FERIADO	Leite com café	Carne suína grelhada	
		FERIADO	Banana	Arroz, feijão	
		FERIADO		Mamão	
			471,6 Kcal	372,2 Kcal	
06/05/24	07/05/24	08/05/24	09/05/24	10/05/24	
Canja (vagem, cenoura, batata, frango e arroz)	Arroz doce com canela (arroz parbo)	Bolo de abobora/chocolate	Salada de acelga	Salada de alface	
Pão (2 fatias)	Maçã	Leite com café	Quirera c/ frango	Mignon suíno grelhado	
Abacaxi	Obs. canela dispor para o aluno se servir.	Banana	Sagu de uva	Aipim assado/margarina	
	cozinhar bem o arroz c/ mais água			Arroz/feijão	
				Poncã	
358,5 Kcal	348,9 Kcal	473,5 Kcal	384,9 Kcal	467,1 Kcal	
13/05/24	14/05/24	15/05/24	16/05/24	17/05/24	
Salada de acelga	Salada de repolho	Salada de almeirão	logurte de morango	Salada de brócolis	
Macarrão à bolonhesa	Quibe de panela c/ c.verde (carne suína)	Risoto de frango/ervilha/milho	Crepioca de forno (tapioca/ovos/queijo)	Frango assado	
Laranja	Arroz	Couve refogada	Usar aveia na massa	Arroz, feijão	
	Melão	Poncã	Banana	Mamão	
312,0 Kcal	342,1 Kcal	319,8 Kcal	375,3 Kcal	347,9 Kcal	
20/05/24	21/05/24	22/05/24	23/05/24	24/05/24	
Salada de escarola	Mingau de aveia c/ banana	logurte com cereal e aveia	Salada de brócolis	Salada repolho	
Farofa de legumes c/ ovos	caramelizada	Banana	Polenta cremosa	Arroz carreteiro (arroz, carne suína, ervilha, cheiro verde)	
Limonada	Maçã		Carne moída com molho	Couve refogada	
Melão			Poncã	Melão	
279,7 Kcal	365,6 Kcal	421,7 Kcal	304,1 Kcal	286,7 Kcal	
27/05/24	28/05/24	29/05/24	30/05/24	31/05/24	
Sopa de legumes, macarrão, carne e aveia	Salada de cenoura	Salada de alface	FERIADO	Recesso	
Pão (2 fatias)	Pão com ovos mexidos	Macarrão com legumes e carne	FERIADO	Recesso	
Laranja	Limonada	Banana	FERIADO	Recesso	
324,4 Kcal	329,2 Kcal	337,3 Kcal	FERIADO	Recesso	

Observações: Os cardápios estão sujeitos a alterações devido a situações diversas que poderão surgir.

As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário adequar o cardápios para que os mesmos sejam utilizados.

**ATENÇÃO: ENRIQUECER AS PREPARAÇÕES COM AVEIA**

RESPONSÁVEL TÉCNICO: Nutricionistas: Elaine Fernandes Pupo - CRN 8 103

Aline Gebeluka - CRN 8 1992

