



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 08/01/2024 a 12/01/2024		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	08/01/2024 2º FEIRA	09/01/2024 3º FEIRA	10/01/2024 4º FEIRA	11/01/2024 5º FEIRA	12/01/2024 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite	Biscoito salgado Leite com maçã (sem açúcar)	Pão com falsa ricota Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de pepino Melão	Arroz Feijão Frango ao molho Purê de batata Abacaxi	Arroz Feijão Carne em iscas com abóbora Salada de couve com tomate Banana	Arroz Feijão Carne em iscas com mandioquinha Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Grão de bico com frango, cenoura e tomate Salada de chuchu Maçã	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão caseiro com falsa ricota Leite	Biscoito salgado Leite	Kibe vegano Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de melão (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne com cenoura e tomate	Sopa com cará abóbora, chuchu e escarola Carne	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate	Sopa com batata doce, ervilha cenoura, chuchu e escarola Frango	Macarrão Molho com frango	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 1-3 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
778,33	106,88	54,93%	33,91	17,43%	25,21	29,15%	146,40	60,84	339,13	3,60

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. / * Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011. / * Rótulos e fichas técnicas de alimentos.

CONSIDERAÇÕES

A fruta servida deverá ser de acordo com seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento de hortifrúti
Bolo caseiro: sem lactose, conforme Receituário Padrão do Programa Municipal de Alimentação Escolar.
Cardápio sujeito a alterações
Horário sugerido das refeições
Cardápio elaborado conforme Resolução nº06, de 08 de maio de 2020.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas