



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 15/01/2024 a 19/01/2024		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	15/01/2024 2º FEIRA	16/01/2024 3º FEIRA	17/01/2024 4º FEIRA	18/01/2024 5º FEIRA	19/01/2024 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão de forma integral com falsa ricota Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com falsa ricota Leite	Biscoito salgado Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga Melão	Arroz Feijão Picadinho à moda escolar (com berinjela e tomate) Salada de chuchu Maçã	Arroz Feijão Estrogonofe com frango Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de repolho Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Salada de almeirão Melancia	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão caseiro com falsa ricota Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite	Pão vegano Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão com falsa ricota Suco de maracujá com manga (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate	Sopa com macarrão, cenoura, abobrinha e escarola Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate	Sopa com arroz, ervilha abóbora, beterraba e escarola Carne em iscas	Arroz Feijão Frango com tomate	

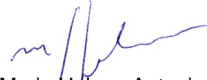
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 1-3 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
814,92	117,63	57,74%	33,79	16,59%	24,74	27,32%	148,60	75,08	338,98	3,82

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