



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 05/02/2024 a 09/02/2024		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	05/02/2024 2º FEIRA	06/02/2024 3º FEIRA	07/02/2024 4º FEIRA	08/02/2024 5º FEIRA	09/02/2024 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite	Pão de forma integral com falsa ricota Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão com falsa ricota Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Frango (desfiado) com batata e tomate Salada de abobrinha Melão	Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão com carne em iscas Farofa de cenoura Salada de tomate Goiaba	Macarrão Molho com frango desfiado Salada de feijão branco com vinagrete Melancia	
Lanche 13:00 – 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de manga (sem açúcar)	Pão vegano Leite	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de melancia (sem açúcar)	Pão caseiro com falsa ricota Leite	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate	Sopa com macarrão, feijão cenoura, chuchu e escarola Frango	Arroz Feijão Carne moída com batata	Sopa com batata, ervilha abóbora, abobrinha e couve Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
804,60	112,51	55,94%	35,00	17,40%	25,20	28,19%	143,27	69,52	336,65	4,41

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