



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche		PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 13/01/2025 a 17/01/2025		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			
REFEIÇÃO	13/01/2025 2º FEIRA	14/01/2025 3º FEIRA	15/01/2025 4º FEIRA	16/01/2025 5º FEIRA	17/01/2025 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Pão com manteiga Leite	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Creme de espinafre Abacaxi	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de brócolis Maçã	Arroz Feijão Paleta ao vinagrete Salada de acelga Banana	Arroz Feijão Músculo com cenoura Repolho refogado Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Estrogonofe com frango Batata sauté Melão
Lanche 13:00 – 14:00	Pão de polvilho Leite	Pão integral com requeijão caseiro Suco de melancia (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Paleta com cenoura	Sopa com macarrão, lentilha, abóbora, beterraba e escarola Frango	Macarrão Molho com frango	Sopa com mandioca ervilha cenoura, brócolis e tomate Paleta	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e 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)
829,98	112,77	54,35%	34,76	16,75%	28,22	30,60%	192,97	50,21	364,24	3,57

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