



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 20/01/2025 a 24/01/2025

TIPO DE ENSINO: Creche
FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	20/01/2025 2º FEIRA	21/01/2025 3º FEIRA	22/01/2025 4º FEIRA	23/01/2025 5º FEIRA	24/01/2025 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Pão com manteiga Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite	Pão de forma integral com manteiga Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Bolo caseiro de fubá com laranja e maçã (sem açúcar) Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Frango com abóbora Salada de beterraba Melão	Arroz Feijão Escondidinho de batata com peixe Salada de acelga Mamão	Arroz Feijão Músculo com chuchu Salada de tomate Melancia	Arroz Grão de bico com frango, cenoura e tomate Salada de alface Pera
Lanche 13:00 – 14:00	Pão de batata com falsa ricota Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de manga (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Arroz doce com banana (sem açúcar)	Torta salgada caseira com recheio de abobrinha e cenoura Suco de melão (sem açúcar)
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Músculo com mandioquinha	Sopa com fubá, feijão cenoura, brócolis e tomate Frango	Macarrão Molho com frango	Sopa com batata, feijão abóbora, chuchu e espinafre Gema de ovo	Arroz Feijão Músculo com batata

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)
737,27	99,05	53,74%	31,95	17,33%	25,00	30,52%	162,99	51,06	296,16	3,18

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