



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 27/01/2025 a 31/01/2025

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	27/01/2025 2º FEIRA	28/01/2025 3º FEIRA	29/01/2025 4º FEIRA	30/01/2025 5º FEIRA	31/01/2025 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão integral com falsa ricota Leite	Pão caseiro com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)	Pão forma integral com requeijão caseiro Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Fricassê de frango Salada de cenoura Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de chuchu Melancia	Arroz Feijão Paleta Salada vinagrete Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Molho com frango Salada de brócolis Banana	Arroz Feijão Paleta com mandioquinha Salada de almeirão Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar) e cobertura de geleia de abacaxi com maçã (sem açúcar)
Lanche 13:00 – 14:00	Ovos mexidos Suco de melancia (sem açúcar)	Pão de polvilho Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Torta salgada caseira com recheio de abobrinha e tomate Suco de maracujá com maçã (sem açúcar)	Pão Pernil suíno desfiado com tomate Suco de laranja com mamão (sem açúcar)
Jantar 15:00 – 16:00	Sopa com batata doce, ervilha cenoura, chuchu e couve Paleta	Polenta Molho com paleta	Arroz Feijão Frango com batata	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde)	Sopa com mandioca lentilha, abóbora, abobrinha e couve Frango

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
837,80	112,26	53,60%	34,87	16,65%	29,25	31,42%	213,24	58,89	310,68	4,67

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