



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 06/02/2023 a 10/02/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	06/02/2023 2º FEIRA	07/02/2023 3º FEIRA	08/02/2023 4º FEIRA	09/02/2023 5º FEIRA	10/02/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão integral com manteiga Leite	Pão com manteiga Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Carne moída com tomate Salada de beterraba Melão	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de abobrinha Melancia	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de pepino Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Filé mignon suíno Salada de escarola com tomate Goiaba	Arroz Feijão Escondidinho de batata com carne moída Salada de alface Maçã
Lanche 13:00 – 14:00	Mistura para bolo (com laranja) Leite	Torta salgada (sem glúten) Recheio de abobrinha com tomate Suco de uva integral	Pão com manteiga Leite	Ovos mexidos Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão integral com manteiga Leite
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão	Sopa com arroz, feijão abóbora, chuchu e couve Carne moída	Arroz Feijão Carne moída com batata	Sopa com batata, ervilha abóbora, abobrinha e couve Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate

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)
791,62	107,42	54,28%	34,77	17,57%	25,77	29,30%	160,60	61,60	312,52	4,56

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