



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche  
CONSUMO: 27/02/2023 a 03/03/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	27/02/2023 2º FEIRA	28/02/2023 3º FEIRA	01/03/2023 4º FEIRA	02/03/2023 5º FEIRA	03/03/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Leite	Pão com manteiga Leite	Pão integral com manteiga Leite com banana e maçã (sem açúcar)
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga Abacaxi	Arroz Feijão Carne em cubos Couve refogada Maçã	Arroz Feijão Filé mignon suíno Salada de pepino com tomate Banana	Arroz Feijão Carne em cubos com batata Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Risoto de proteína de soja com cenoura e tomate Feijão Salada de abobrinha Pera
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Biscoito salgado Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de laranja (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite	Pão com falsa maionese Suco de uva integral
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão	Sopa com batata, feijão cenoura, abobrinha e escarola Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate	Sopa com arroz, feijão abóbora, beterraba e escarola Carne em cubos	Arroz Feijão Carne em cubos 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)
794,79	113,02	56,88%	34,72	17,47%	23,95	27,12%	143,91	59,87	337,55	4,53

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