



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche  
CONSUMO: 04/03/2024 a 08/03/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	04/03/2024 2º FEIRA	05/03/2024 3º FEIRA	06/03/2024 4º FEIRA	07/03/2024 5º FEIRA	08/03/2024 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite	Pão integral com falsa ricota Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Salada de abobrinha Melão	Arroz integral Feijão Carne refogada Creme de milho Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface Salada de frutas com manga (banana, laranja, maçã, mamão e manga)	Arroz Feijão preto Carne com tomate Farofa de cenoura Salada vinagrete Goiaba	Macarrão Molho com frango desfiado Salada de escarola Melancia
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja com manga (sem açúcar)	Kibe vegano Suco de uva integral	Pão vegano Leite	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de uva integral	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Risoto com carne, cenoura e tomate	Sopa com macarrão, feijão abóbora, chuchu e espinafre Frango	Arroz Feijão Carne com cenoura	Sopa com mandioquinha, ervilha abóbora, chuchu e espinafre Frango	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)
815,89	114,21	55,99%	34,62	16,97%	25,86	28,52%	171,49	72,68	353,54	4,18

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