



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche  
CONSUMO: 13/03/2023 a 17/03/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	13/03/2023 2º FEIRA	14/03/2023 3º FEIRA	15/03/2023 4º FEIRA	16/03/2023 5º FEIRA	17/03/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite com banana e mamão (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Chuchu refogado Pera	Arroz integral com brócolis Feijão Filé mignon suíno Salada de repolho Abacaxi	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Purê de mandioquinha Banana	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de beterraba Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de acelga Caqui
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Pão de forma integral com manteiga Leite	Pão vegano Suco de uva integral	Pão com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de laranja (sem açúcar)
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Arroz com cenoura Feijão Filé mignon suíno	Sopa com mandioca, cenoura, abobrinha, tomate e brócolis (mix) feijão Carne em cubos	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes	Cará lentilha, beterraba, 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)			
834,95	118,72	56,87%	34,85	16,69%	26,13	28,17%	142,85	67,47	342,28	4,43

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