PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPINAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMPINAS
DEPARTAMENTO DE APOIO À ESCOLA
COORDENADORIA DE NUTRIÇÃO

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CEASA CAMPINAS

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
TIPO DE ENSINO: Creche
CONSUMO: 20/03/2023 a 24/03/2023
FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)
PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	20/03/2023 2º FEIRA	21/03/2023 3º FEIRA	22/03/2023 4º FEIRA	23/03/2023 5º FEIRA	24/03/2023 6º FEIRA
Café da manhã **07:00 – 08:00**	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão com manteiga Leite	Pão integral com manteiga Leite
Almoço **10:00 – 11:00**	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de pepino Melão	Arroz integral com cenoura Feijão Carne em cubos Berinjela refogada Maçã	Arroz Feijão Filé mignon suíno Salada de couve-flor Mamão	Arroz Feijão Proteína de soja com mandioca e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne em cubos com batata doce e tomate Salada de escarola Goiaba
Lanche **13:00 – 14:00**	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Biscoito salgado Leite	Torta salgada (sem glúten) Recheio de frango (desfiado) com tomate Suco de maracujá com manga (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de uva integral
Jantar **15:00 – 16:00**	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate Feijão	Sopa com macarrão, abóbora, chuchu e espinafre Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos	Sopa com arroz integral, feijão cenoura, abobrinha e escarola Carne em cubos	Macarrão Molho de tomate caseiro com carne em cubos

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)
765,45	105,96	55,37%	33,84	17,68%	24,25	28,52%	136,81	49,80	324,25	4,29

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