



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 27/03/2023 a 31/03/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	27/03/2023 2º FEIRA	28/03/2023 3º FEIRA	29/03/2023 4º FEIRA	30/03/2023 5º FEIRA	31/03/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite com banana (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite	Pão integral com manteiga Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Frango com legumes e mandioquinha Salada de beterraba Abacaxi	Arroz integral com brócolis Feijão Peixe com tomate e pimentão Purê de batata Pera	Arroz Feijão Bolinho de carne assado Salada de tomate Caqui	Arroz Feijão Pernil suíno com legumes Salada de repolho Melancia	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de escarola Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar)	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão de forma integral com manteiga Leite	Pão vegano Leite	Torta salgada (sem glúten) Recheio de abobrinha com tomate Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)	Pão com manteiga Leite	Pão Molho de tomate caseiro com frango desfiado Suco de uva integral	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate Feijão	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes	Sopa com batata doce, feijão abóbora, beterraba e escarola Carne em cubos	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos	Sopa de arroz, cenoura, brócolis e tomate Frango 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)
810,22	114,29	56,43%	35,16	17,36%	24,94	27,70%	167,45	45,98	324,95	5,17

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