



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 11/03/2024 a 15/03/2024		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	11/03/2024 2º FEIRA	12/03/2024 3º FEIRA	13/03/2024 4º FEIRA	14/03/2024 5º FEIRA	15/03/2024 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão integral com requeijão caseiro Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite	Pão com requeijão caseiro Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura Maçã	Arroz integral Feijão Frango desfiado com tomate Salada de beterraba Goiaba	Arroz Feijão Carne com tomate Batata com molho branco Banana	Arroz Feijão Molho com carne Polenta Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Risoto de frango desfiado com cenoura e tomate Feijão Salada de chuchu Abacaxi	
Lanche 13:00 – 14:00	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de uva integral	Ovos mexidos Suco de melancia (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de uva integral	Pão com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne com cenoura e tomate	Sopa com arroz, abóbora, chuchu e espinafre Carne	Macarrão Molho com frango desfiado	Sopa com batata, ervilha cenoura, abobrinha e escarola Frango	Arroz Feijão Carne refogada	

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)
789,00	111,08	56,32%	35,20	17,84%	24,14	27,54%	149,78	55,55	327,70	3,94

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