



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 18/03/2024 a 22/03/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	18/03/2024 2º FEIRA	19/03/2024 3º FEIRA	20/03/2024 4º FEIRA	21/03/2024 5º FEIRA	22/03/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão de forma integral com manteiga Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Pão integral com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Carne com batata Salada de pepino com tomate Abacaxi	Arroz integral Feijão Carne com tomate Salada de acelga Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de repolho Salada de frutas	Macarrão Molho com carne Salada de almeirão com tomate Bolo da Cacau (Vencedora Concurso de Receitas 2023)
Lanche 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco de uva integral	Pão integral com manteiga Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	Pão Molho com frango desfiado Suco de uva integral
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto com carne, cenoura e tomate	Sopa com fubá, cenoura, abobrinha e couve Carne	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes	Sopa com cará abóbora, chuchu e espinafre Carne	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha 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)
797,89	106,56	53,42%	35,17	17,63%	26,84	30,28%	218,91	56,27	328,34	5,07

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