



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 10/03/2025 a 14/03/2025		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	10/03/2025 2º FEIRA	11/03/2025 3º FEIRA	12/03/2025 4º FEIRA	13/03/2025 5º FEIRA	14/03/2025 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Ovos mexidos Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Pão caseiro com manteiga Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja com banana (sem açúcar) Leite	Pão com geleia de goiaba Vitamina de maçã (com leite) (sem açúcar)	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Creme de espinafre Abacaxi	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface Maçã	Arroz Feijão Frango Berinjela refogada Salada de acelga Goiaba	Arroz Feijão Carne Repolho refogado Salada de tomate Banana	Arroz Feijão Carne com tomate Batata ao molho branco Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	
Lanche 13:00 – 14:00	Torta salgada caseira (massa de beterraba) com recheio de abobrinha e cenoura Suco de melancia (sem açúcar)	Pão de batata com manteiga Leite	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro iogurte de morango com banana e maçã	Pão com falsa ricota Suco de laranja (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Carne com cenoura	Sopa com macarrão, feijão abóbora, beterraba e escarola Carne	Macarrão Molho com frango Escarola refogada	Sopa com fubá, feijão cenoura, abobrinha e couve Ovo cozido	Arroz Feijão Frango com cenoura 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)
862,93	123,38	57,19%	37,08	17,19%	26,52	27,66%	203,14	102,07	347,82	6,12

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