



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 10/04/2023 a 14/04/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	10/04/2023 2º FEIRA	11/04/2023 3º FEIRA	12/04/2023 4º FEIRA	13/04/2023 5º FEIRA	14/04/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito polvilho Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite	Pão integral com manteiga Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Repolho refogado Pera	Arroz integral com legumes Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Abacaxi	Arroz Feijão Peixe com tomate Salada de alface com cenoura Banana	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de almeirão Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Pernil suíno com legumes Salada de acelga Caqui
Lanche 13:00 – 14:00	Pão de forma integral com manteiga Leite	Pão vegano Suco de uva integral	Pão com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de laranja (sem açúcar)
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	Sopa de arroz, feijão, beterraba, chuchu, abobrinha, tomate e espinafre (mix) Frango	Arroz Feijão Pernil suíno com legumes	Sopa com macarrão, lentilha, cenoura, abobrinha e couve Frango	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado com 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)
840,52	118,78	56,53%	34,71	16,52%	26,79	28,69%	163,87	65,04	344,83	4,12

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