



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 01/05/2023 a 05/05/2023		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	01/05/2023 2º FEIRA	02/05/2023 3º FEIRA	03/05/2023 4º FEIRA	04/05/2023 5º FEIRA	05/05/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00		Pão de forma integral com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão caseiro com manteiga Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	
Almoço 10:00 – 11:00		Arroz Feijão Carne moída Batata ao molho branco Salada de repolho com tomate Melancia	Arroz Feijão Carne em cubos Virado de couve (com farinha de milho) Salada de frutas com manga (banana, laranja, maçã, mamão e manga)	Macarrão ao alho e óleo Carne em cubos com tomate Salada de couve-flor Caqui	Risoto (com arroz integral) de frango em cubos com legumes Feijão Salada de escarola Maçã	
Lanche 13:00 – 14:00		Ovos mexidos Suco de uva integral	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Leite	Pão integral com falsa maionese Suco de melão (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00		Sopa com cará abóbora, chuchu e couve Carne em cubos	Arroz Frango em cubos com legumes	Sopa com batata doce, lentilha, cenoura, brócolis e tomate Carne em cubos	Arroz Feijão Frango com tomate	

DIA NÃO LETIVO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 1-3 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
761,67	101,92	53,52%	34,07	17,89%	25,43	30,05%	159,23	40,66	293,13	4,16

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 hortifrutis.
Bolo caseiro: sem lactose, conforme Receita Padrão do Programa Municipal de Alimentação Escolar.
Cardápio sujeito a alterações.
Horário sugerido das refeições.
Cardápio elaborado conforme Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas