



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche  
CONSUMO: 15/05/2023 a 19/05/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	15/05/2023 2º FEIRA	16/05/2023 3º FEIRA	17/05/2023 4º FEIRA	18/05/2023 5º FEIRA	19/05/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão de forma integral com manteiga Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com requeijão caseiro Leite com maçã (sem açúcar)	Pão integral com manteiga Leite
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de pepino Melancia	Risoto com arroz integral,frango desfiado,cenoura e tomate Feijão Salada de repolho Maçã	Arroz Feijão Frango com batata Salada de escarola Caqui	Arroz Feijão Bolinho de carne assado Salada de couve-flor com tomate Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne moída com mandioca Salada de almeirão Banana
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Torta salgada caseira Recheio de frango (sassami) com tomate Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Biscoito polvilho Leite	Pão com falsa maionese Suco de melancia (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com abacate e banana (sem açúcar)
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Carne moída com tomate	Sopa com batata, abóbora, chuchu e espinafre Gema de ovo	Arroz com cenoura Feijão Ovos mexidos	Sopa com arroz integral, feijão cenoura, abobrinha e escarola Carne moída	Macarrão Frango com tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)			
799,91	111,03	55,52%	35,39	17,70%	25,38	28,56%	169,97	54,80	346,70	4,52

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