



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 20/05/2024 a 24/05/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	20/05/2024 2º FEIRA	21/05/2024 3º FEIRA	22/05/2024 4º FEIRA	23/05/2024 5º FEIRA	24/05/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Pão integral com manteiga Leite	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite	Biscoito salgado Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de brócolis Maçã	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes Abobrinha refogada Melancia	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango (com legumes) Salada de alface Salada de frutas com manga (banana, laranja, maçã, mamão e manga)	Arroz colorido (com mix de legumes) Feijão com carne em cubos Salada vinagrete Mamão	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de escarola Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar)
Lanche 13:00 – 14:00	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Pão caseiro com manteiga Leite	Pão vegano Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suco de melancia (sem açúcar)	Pão Molho com frango desfiado Suco individual
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Carne de panela (carne em cubos com tomate)	Sopa com macarrão, feijão abóbora, beterraba e escarola Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes	Sopa com mandioquinha, ervilha cenoura, brócolis e tomate Carne em cubos

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)
862,02	119,40	55,41%	37,62	17,46%	27,49	28,70%	208,12	61,42	326,57	6,07

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