



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 24/06/2024 a 28/06/2024

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

PERÍODO: Integral

| REFEIÇÃO | 24/06/2024 2º FEIRA | 25/06/2024 3º FEIRA | 26/06/2024 4º FEIRA | 27/06/2024 5º FEIRA | 28/06/2024 6º FEIRA |
|---|---|--|---|--|---|
| Café da manhã 07:00 – 08:00 | Pão com geleia de morango Leite | Pão (forma integral) com requeijão caseiro Vitamina de banana e mamão (com leite) (sem açúcar) | Pão com manteiga Leite | Pão caseiro com manteiga Leite | Pão integral com requeijão caseiro Leite |
| Almoço 10:00 – 11:00 | Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Mix de legumes (jardineira) refogado Maçã | Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes Salada de chuchu com tomate Melancia | Arroz Grão de bico com frango (com legumes) Salada de beterraba Abacaxi | Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Virado de couve (com farinha de milho) Banana | Macarrão Molho de tomate (caseiro) com carne em cubos com legumes Salada de brócolis Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) |
| Lanche 13:00 – 14:00 | Pão vegano Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar) | Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite | Pão de batata com falsa ricota Suco de laranja com mamão (sem açúcar) | Pão integral com requeijão caseiro Leite | Kibe vegano Suco de uva integral |
| Jantar 15:00 – 16:00 | Sopa com batata doce, ervilha cenoura, chuchu e couve Carne em cubos | Polenta Molho de tomate (caseiro) com frango com legumes | Arroz Feijão Carne em cubos com legumes | Arroz Feijão Proteína de soja com cenoura e tomate | Sopa com mandioca lentilha, abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo |

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) | | | |
|----------------|-----------------|--------------|------------|------------------|-----------------|-------------|------------|-------|--------|------|
| 843,57 | 119,31 | 56,57% | 36,42 | 17,27% | 26,04 | 27,78% | 157,21 | 68,20 | 334,93 | 3,85 |

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