



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 01/07/2024 a 05/07/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	01/07/2024 2º FEIRA	02/07/2024 3º FEIRA	03/07/2024 4º FEIRA	04/07/2024 5º FEIRA	05/07/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Pão integral com geleia de goiaba Leite	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Leite	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Farofa de cenoura Salada de tomate Melão	Arroz integral Feijão Panqueca com patinho em cubos (com legumes) com molho de tomate (caseiro) Salada de chuchu Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface Salada de frutas com manga (banana, laranja, maçã, mamão e manga)	Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Purê de mandioquinha Melancia	Macarrão Molho nutritivo com proteína de soja Salada de escarola Tangerina
Lanche 13:00 – 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Kibe vegano Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Arroz doce com banana (sem açúcar)	Bolo da Cacau (Vencedora Concurso de Receitas 2023) Leite	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes	Sopa com macarrão, feijão abóbora, beterraba e escarola Frango em cubos	Polenta Molho com carne em cubos (com legumes)	Sopa com mandioca lentilha, cenoura, brócolis e tomate Frango em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
757,22	106,91	56,48%	33,66	17,78%	23,41	27,82%	126,00	102,54	285,20	4,10

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