PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPINAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMPINAS
DEPARTAMENTO DE APOIO À ESCOLA
COORDENADORIA DE NUTRIÇÃO

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CEASA CAMPINAS

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
TIPO DE ENSINO: Creche
CONSUMO: 18/07/2022 a 22/07/2022
FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)
PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	18/07/2022 2º FEIRA	19/07/2022 3º FEIRA	20/07/2022 4º FEIRA	21/07/2022 5º FEIRA	22/07/2022 6º FEIRA
Café da manhã **07:00 – 08:00**	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão integral com manteiga Leite	Pão com manteiga Leite	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com banana e maçã (sem açúcar)
Almoço **10:00 – 11:00**	Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Salada de couve com tomate Maçã	Arroz integral Feijão Carne em cubos com cenoura Purê de batata Melão	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Cenoura e chuchu refogados Banana	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de feijão branco com vinagrete Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Risoto de carne moída com mix de legumes e tomate Feijão Salada de alface com tomate Abacaxi
Lanche **13:00 – 14:00**	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de melancia (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suco de laranja (sem açúcar)	Pão vegano Leite	Pão com manteiga Suco de melão (sem açúcar)
Jantar **15:00 – 16:00**	Risoto de carne moída com mix de legumes e tomate Feijão	Sopa com batata doce, feijão abóbora, chuchu e couve Gema de ovo	Macarrão Molho com carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos	Sopa com arroz, feijão cenoura, abobrinha e couve 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)
1.074,42	187,14	69,67%	33,76	12,57%	25,92	21,71%	209,26	114,12	420,93	7,99

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