



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche  
CONSUMO: 10/07/2023 a 14/07/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	10/07/2023 2º FEIRA	11/07/2023 3º FEIRA	12/07/2023 4º FEIRA	13/07/2023 5º FEIRA	14/07/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito polvilho Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite com banana e mamão (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão tropeiro com carne em iscas Virado de couve (com farinha de milho) Pera	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de repolho Abacaxi	Arroz Feijão Carne em iscas Purê de batata Banana	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Salada de chuchu Tangerina
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de melancia (sem açúcar)
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Risoto com arroz, frango, cenoura e tomate	Sopa com macarrão, feijão abóbora, beterraba e escarola Carne em iscas	Arroz Feijão Frango com tomate	Sopa com batata, abóbora, abobrinha, tomate e espinafre (mix) lentilha, Carne em iscas	Arroz Feijão Ovos mexidos com 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)
781,21	106,10	54,33%	33,80	17,31%	25,77	29,69%	172,79	46,36	350,22	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