



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 17/07/2023 a 21/07/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	17/07/2023 2º FEIRA	18/07/2023 3º FEIRA	19/07/2023 4º FEIRA	20/07/2023 5º FEIRA	21/07/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão de forma integral com manteiga Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	Pão integral com manteiga Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga Melão	Arroz com cenoura Feijão Carne em iscas com mandioca Salada de berinjela Maçã	Arroz Feijão Estrogonofe com frango Salada de pepino com tomate Mamão	Arroz Feijão Proteína de soja com cenoura e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Molho nutritivo com carne em cubos Salada de almeirão Melancia
Lanche 13:00 – 14:00	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Biscoito salgado Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de laranja (sem açúcar)	Pão integral com manteiga Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de maracujá com manga (sem açúcar)
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Carne em cubos	Sopa com mandioca, cenoura, abobrinha, tomate e brócolis (mix) Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate	Sopa com mandioca, cenoura, abobrinha, tomate e brócolis (mix) feijão Carne em iscas	Arroz Feijão Frango 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)
784,02	107,66	54,92%	33,54	17,11%	25,73	29,54%	161,57	58,54	333,15	4,31

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