



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 22/07/2024 a 26/07/2024		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	22/07/2024 2º FEIRA	23/07/2024 3º FEIRA	24/07/2024 4º FEIRA	25/07/2024 5º FEIRA	26/07/2024 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)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate Maçã	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes Salada de acelga com cenoura Melancia	Arroz Feijoadinha (feijão preto com filé suíno) Virado de couve (com farinha de milho) Abacaxi	Macarrão com molho nutritivo Empanadinho de frango Salada de brócolis Tangerina	Arroz Grão de bico com frango desfiado Mix de legumes (jardineira) refogado Banana	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão vegano Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)	Arroz doce com banana (sem açúcar)	Pão com manteiga Leite	Pão integral com requeijão caseiro Leite	Kibe vegano Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Suco de uva integral	
Jantar 15:00 – 16:00	Sopa com batata doce, ervilha cenoura, chuchu e couve Carne em cubos	Macarrão Molho de tomate caseiro com proteína de soja	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes	Sopa com mandioca lentilha, abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo	Polenta Molho nutritivo com frango desfiado	

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)
811,11	112,24	55,35%	34,31	16,92%	26,41	29,31%	148,58	57,84	302,76	3,57

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