



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 21/08/2023 a 25/08/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	21/08/2023 2º FEIRA	22/08/2023 3º FEIRA	23/08/2023 4º FEIRA	24/08/2023 5º FEIRA	25/08/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito polvilho Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite	Biscoito polvilho Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão integral com manteiga Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de beterraba Abacaxi	Arroz Feijão Carne em iscas Salada de chuchu Maçã	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango Salada de escarola Tangerina	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e cenoura Salada de tomate Banana	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Salada de repolho Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar)
Lanche 13:00 – 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja com cenoura (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	Pão Molho com carne em iscas Suco individual
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate	Arroz com cenoura Feijão tropeiro com carne em iscas	Sopa com mandioquinha, cenoura, chuchu e couve Frango	Macarrão Molho com proteína de soja	Sopa de arroz, abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo

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)
780,07	106,86	54,80%	33,67	17,26%	25,52	29,45%	204,54	98,24	342,18	4,98

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