



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche  
CONSUMO: 19/08/2024 a 23/08/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	19/08/2024 2º FEIRA	20/08/2024 3º FEIRA	21/08/2024 4º FEIRA	22/08/2024 5º FEIRA	23/08/2024 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Pão com manteiga Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão caseiro com manteiga Vitamina de banana e mamão (com leite) (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz integral Feijão Fricassê de frango desfiado (com creme de milho) Salada de beterraba Melão	Arroz Grão de bico com filé mignon suíno, cenoura e tomate Mandioca sauté Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Frango desfiado com cenoura e tomate Salada de acelga Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Panqueca com frango desfiado ao molho de tomate caseiro Salada de almeirão com tomate Banana
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Ovos mexidos Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Pão com manteiga Leite	Pão integral com geleia de goiaba Leite	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco misto de goiaba e maçã	Kibe vegano Suco de maracujá com manga (sem açúcar)
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado	Sopa com arroz, feijão abóbora, chuchu e escarola Frango	Arroz Feijoadina (feijão preto com filé suíno)	Sopa com cará ervilha cenoura, chuchu e couve Gema de ovo	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate

### 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)
797,60	109,50	54,92%	35,15	17,63%	26,07	29,42%	183,94	59,39	312,74	4,62

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