



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Integral PERÍODO: 02/09/2019 a 06/09/2019		CARDÁPIO SEMANAL				TIPO DE ENSINO: Educação Infantil Integral FAIXA ETÁRIA: 1 a 3 anos (70%)	
REFEIÇÃO	02/09/2019 2º FEIRA	03/09/2019 3º FEIRA	04/09/2019 4º FEIRA	05/09/2019 5º FEIRA	06/09/2019 6º FEIRA		
CAFÉ DA MANHÃ 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite (sem açúcar)	Pão com creme vegetal Leite com banana (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite (sem açúcar)		
ALMOÇO 10:00 ? 11:00	Arroz Feijão carioca Atum ao vinagrete Salada de cenoura Maçã	Arroz integral Feijão carioca Frango ao molho Salada de repolho Melão	Arroz Feijão carioca Lagarto ao molho escuro Salada de escarola com tomate Abacaxi	Arroz Feijão carioca Carne em cubos com batata Couve refogada Banana	Macarrão integral Molho com frango Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)		
LANCHE 13:00 ? 14:00	Pão com creme vegetal Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão de queijo Leite (sem açúcar)	Bolo integral simples Leite com banana e mamão (sem açúcar)	Biscoito maisena Leite (sem açúcar)	Torta salgada (sem glúten) Recheio de atum com tomate Suco de laranja com cenoura (sem açúcar)		
JANTAR 15:00 ? 16:00	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão carioca	Macarrão integral Molho com carne em cubos	Sopa arroz, ervilha seca, chuchu, abóbora, escarola e tomate Frango	Arroz Feijão carioca Frango com tomate	Sopa macarrão, caldo de feijão, chuchu, abóbora, couve e tomate Carne em cubos		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 1 a 3 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
752,32	103,12	8,95	33,48	23,33	138,60	65,82	330,26	123,12	3,21	3,71

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
Cardápio sujeito a alterações
Horário sugerido das refeições
Cardápio elaborado conforme Resolução nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas