



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Integral PERÍODO: 09/09/2019 a 13/09/2019		CARDÁPIO SEMANAL				TIPO DE ENSINO: Educação Infantil Integral FAIXA ETÁRIA: 1 a 3 anos (70%)	
REFEIÇÃO	09/09/2019 2º FEIRA	10/09/2019 3º FEIRA	11/09/2019 4º FEIRA	12/09/2019 5º FEIRA	13/09/2019 6º FEIRA		
CAFÉ DA MANHÃ 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite (sem açúcar)	Pão com creme vegetal Leite (sem açúcar)	Biscoito maisena Leite (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite com maçã (sem açúcar)	Bolo de fubá Leite (sem açúcar)		
ALMOÇO 10:00 ? 11:00	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de beterraba Melancia	Arroz integral Feijão carioca Estrogonofe de frango Batata sauté Abacaxi	Arroz Feijão carioca Carne em cubos com cenoura Salada de pepino Mamão	Macarrão Molho com frango Salada de tomate Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão carioca Carne moída com abobrinha Salada de acelga Banana		
LANCHE 13:00 ? 14:00	Pão de queijo Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com banana (sem açúcar)	Bolo de maçã Leite (sem açúcar)	Biscoito maisena Leite (sem açúcar)	Torta salgada (sem glúten) Recheio de atum com tomate Suco de melão (sem açúcar)		
JANTAR 15:00 ? 16:00	Macarrão integral Molho com carne moída	Arroz Feijão carioca Lagarto com pimentão e tomate	Sopa arroz, ervilha seca, chuchu, abóbora, escarola e tomate Frango	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão carioca	Sopa batata, abobrinha, 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)
766,26	107,12	7,56	33,08	24,07	138,83	77,09	321,87	121,17	3,39	4,03

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