



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 26/09/2022 a 30/09/2022		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	26/09/2022 2º FEIRA	27/09/2022 3º FEIRA	28/09/2022 4º FEIRA	29/09/2022 5º FEIRA	30/09/2022 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão integral com manteiga Leite	Pão com manteiga Leite	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com banana e maçã (sem açúcar)	
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Cenoura e chuchu refogados Maçã	Arroz integral com brócolis Feijão Frango em cubos com legumes Purê de batata Melão	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de brócolis Banana	Macarrão Molho com carne moída Salada de feijão branco com vinagrete Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Risoto de frango em cubos com legumes Feijão Salada de alface com tomate Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar)	
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de melancia (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suco de laranja (sem açúcar)	Pão vegano Leite	Pão com manteiga Suco de uva integral	
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Risoto de frango em cubos com legumes Feijão	Sopa de arroz, feijão abóbora, chuchu e espinafre Gema de ovo	Macarrão Molho com carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos	Sopa com batata doce, feijão cenoura, abobrinha e couve Carne em cubos	

### 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)
840,37	117,80	56,07%	34,98	16,65%	27,06	28,98%	143,58	61,73	310,32	4,67

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