



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 11/09/2023 a 15/09/2023		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	11/09/2023 2º FEIRA	12/09/2023 3º FEIRA	13/09/2023 4º FEIRA	14/09/2023 5º FEIRA	15/09/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão integral com manteiga Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite com maçã (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de pepino Melão	Arroz Feijão Frango com tomate Purê de batata Abacaxi	Arroz Feijão Carne moída com abóbora Salada de couve com tomate Banana	Risoto com frango, legumes e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de chuchu Maçã	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito polvilho Leite	Pão com requeijão caseiro Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de melão (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Carne moída com tomate	Sopa com mix de legumes congelado Carne moída	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	Sopa com mix de legumes congelado lentilha, Frango	Macarrão Molho com frango	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
764,16	104,01	54,45%	33,14	17,35%	25,03	29,48%	156,17	56,79	321,25	3,87

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