



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 18/09/2023 a 22/09/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	18/09/2023 2º FEIRA	19/09/2023 3º FEIRA	20/09/2023 4º FEIRA	21/09/2023 5º FEIRA	22/09/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão de forma integral com manteiga Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	Biscoito salgado Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga Melão	Arroz Feijão Picadinho à moda escolar (com berinjela e tomate) Salada de chuchu Maçã	Arroz Feijão Estrogonofe com frango Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de repolho Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Salada de almeirão Melancia	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão caseiro com requeijão caseiro Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite	Pão integral com manteiga Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de maracujá com manga (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate	Sopa com mix de legumes congelado Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate	Sopa com mix de legumes congelado Carne em cubos	Arroz Feijão Frango com tomate	

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)
759,98	105,98	55,78%	33,19	17,47%	24,04	28,47%	144,47	72,82	305,22	3,74

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