



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 02/10/2023 a 06/10/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	02/10/2023 2º FEIRA	03/10/2023 3º FEIRA	04/10/2023 4º FEIRA	05/10/2023 5º FEIRA	06/10/2023 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão com manteiga Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Biscoito salgado Leite com abacate e banana (sem açúcar)	
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango Salada de abobrinha Melão	Arroz Feijão Carne com cenoura Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne com tomate Farofa de cenoura Mamão	Macarrão Molho com frango Salada de escarola Abacaxi	
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja com manga (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de melancia (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Risoto com carne, cenoura e tomate	Sopa com mix de legumes congelado feijão Frango	Arroz Feijão Carne com batata	Sopa com mix de legumes congelado lentilha, Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
808,24	110,67	54,77%	35,58	17,61%	26,29	29,27%	155,23	70,20	344,73	4,46

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