



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
CONSUMO: 30/09/2024 a 04/10/2024

TIPO DE ENSINO: Creche
FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	30/09/2024 2º FEIRA	01/10/2024 3º FEIRA	02/10/2024 4º FEIRA	03/10/2024 5º FEIRA	04/10/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite	Pão com geleia de morango Leite	Pão com requeijão caseiro Leite
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de cenoura Abacaxi	Arroz Feijão preto Carne moída com tomate Salada de abobrinha Maçã	Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) com molho nutritivo Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Carne moída com tomate Purê de mandioquinha Banana	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de escarola Melancia
Lanche 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão integral com falsa ricota Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Pão vegano Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão caseiro com manteiga Leite	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco misto de goiaba e maçã
Jantar 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado	Sopa com macarrão, ervilha abóbora, beterraba e escarola Frango	Polenta Molho de tomate caseiro com carne moída	Sopa com mandioca lentilha, cenoura, brócolis e tomate Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e 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)			
820,77	116,70	56,87%	33,34	16,25%	26,17	28,69%	154,72	79,48	329,56	4,45

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