



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 16/10/2023 a 20/10/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	16/10/2023 2º FEIRA	17/10/2023 3º FEIRA	18/10/2023 4º FEIRA	19/10/2023 5º FEIRA	20/10/2023 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 caseiro com requeijão caseiro Leite	Biscoito salgado Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Carne com batata doce Salada de pepino com tomate Abacaxi	Arroz Feijão Carne com berinjela e tomate Salada de acelga Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de repolho Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Molho com carne Salada de almeirão com tomate Melancia	
Lanche 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Biscoito salgado Leite	Pão integral com manteiga Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura 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 com cenoura e tomate	Sopa com mix de legumes congelado Frango	Arroz Feijão Frango com abobrinha	Sopa com mix de legumes congelado Carne	Arroz Feijão Ovos mexidos 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)
755,79	104,25	55,17%	32,65	17,28%	24,56	29,25%	137,74	67,22	306,69	3,82

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