



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 23/10/2023 a 27/10/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	23/10/2023 2º FEIRA	24/10/2023 3º FEIRA	25/10/2023 4º FEIRA	26/10/2023 5º FEIRA	27/10/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite	Pão caseiro com manteiga Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate Maçã	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Legumes sauté (cenoura e abobrinha) Melancia	Arroz Feijão Frango com cenoura e tomate Salada de escarola Banana	Arroz Feijão Bife de paleta com tomate Virado de couve (com farinha de milho) Abacaxi	Risoto de frango com cenoura e tomate Salada de beterraba Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar)	
Lanche 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão com requeijão caseiro Leite	Ovos mexidos Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite	Pão Molho de tomate caseiro com carne Suco de melancia (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Sopa com mix de legumes congelado Carne	Arroz Proteína de soja com tomate	Arroz Feijão Carne refogada	Risoto de frango com abóbora e tomate	Sopa com mix de legumes congelado lentilha, Carne	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
784,68	110,15	56,15%	34,68	17,68%	24,12	27,67%	196,82	49,12	334,09	5,14

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