



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 30/10/2023 a 03/11/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	30/10/2023 2º FEIRA	31/10/2023 3º FEIRA	01/11/2023 4º FEIRA	02/11/2023 5º FEIRA	03/11/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Pão com manteiga Leite	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite	Pão caseiro com manteiga Leite			
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Grão de bico com frango, cenoura e tomate Salada de acelga Melão	Arroz Feijão Estrogonofe com carne em cubos Salada de batata Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)			
Lanche 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Kibe vegano Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de melancia (sem açúcar)	DIA NÃO LETIVO		
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate	Sopa com macarrão, lentilha, mix de legumes congelados Frango	Arroz com cenoura Carne em cubos ao molho	DIA NÃO LETIVO		

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)
818,76	110,41	53,94%	33,67	16,45%	28,29	31,10%	154,65	48,24	304,06	3,93

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