



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 07/10/2024 a 11/10/2024		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	07/10/2024 2º FEIRA	08/10/2024 3º FEIRA	09/10/2024 4º FEIRA	10/10/2024 5º FEIRA	11/10/2024 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Pão com manteiga Leite	Pão (forma integral) com geleia de goiaba Leite	Biscoito salgado Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Leite	
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Peixe com batata e tomate Creme de espinafre Abacaxi	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de beterraba Sorvete da alegria (com manga e banana)	Arroz Feijão Panqueca com carne (moída) ao molho de tomate caseiro Salada de alface Açaí com banana e leite em pó	Arroz Feijão preto Carne com berinjela Repolho refogado Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Batata com molho branco Banana	
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Pão vegano Leite	Pão integral com requeijão caseiro Suco de melancia (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de laranja (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) com geleia de morango Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado	Sopa com macarrão, lentilha, abóbora, beterraba e escarola Carne	Macarrão Molho de tomate caseiro com frango desfiado	Sopa com mandioca ervilha cenoura, brócolis e tomate Carne	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)
903,73	131,88	58,37%	35,98	15,93%	28,03	27,92%	176,32	86,26	362,57	5,20

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