



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 21/10/2024 a 25/10/2024		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	21/10/2024 2º FEIRA	22/10/2024 3º FEIRA	23/10/2024 4º FEIRA	24/10/2024 5º FEIRA	25/10/2024 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Pão integral com falsa ricota Leite	Pão com manteiga Vitamina de abacate com banana (com leite) (sem açúcar)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de cenoura Maçã	Arroz integral Feijão Carne com mandioca Salada de chuchu Melancia	Arroz Feijão preto Carne com tomate Salada de repolho Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Panqueca de carne com molho branco Salada de grão de bico com vinagrete Banana	Arroz Feijão Carne com berinjela e tomate Salada de alface com tomate Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) com geleia de goiaba	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão vegano Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite	Pão Molho de tomate caseiro com carne moída Suco de maçã	
Jantar 15:00 – 16:00	Sopa com batata doce, ervilha cenoura, chuchu e couve Carne	Polenta Molho de tomate caseiro com carne moída	Arroz Feijão Peixe com batata e tomate	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro	Sopa com mandioca lentilha, abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
865,74	121,72	56,24%	37,28	17,23%	27,14	28,21%	212,33	69,41	343,78	5,99

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