PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPINAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMPINAS
DEPARTAMENTO DE APOIO À ESCOLA
COORDENADORIA DE NUTRIÇÃO

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CEASA CAMPINAS

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche
TIPO DE ENSINO: Creche
CONSUMO: 07/11/2022 a 11/11/2022
FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)
PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	07/11/2022 2º FEIRA	08/11/2022 3º FEIRA	09/11/2022 4º FEIRA	10/11/2022 5º FEIRA	11/11/2022 6º FEIRA
Café da manhã **07:00 – 08:00**	Biscoito de polvilho (sem glúten) Leite	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão com manteiga Leite	Biscoito de polvilho (sem glúten) Leite
Almoço **10:00 – 11:00**	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de beterraba Melancia	Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de abobrinha Mamão	Arroz Lentilha Carne em cubos com legumes Salada de pepino com tomate Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz integral com cenoura Feijão Carne moída com batata Salada de escarola com tomate Banana	Arroz Feijão Escondidinho de batata com carne moída Salada de alface Maçã
Lanche **13:00 – 14:00**	Bolo caseiro (integral) de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Torta salgada caseira (integral) Recheio de abobrinha, milho e tomate Suco de uva integral	Pão vegano Suco de laranja com manga (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite
Jantar **15:00 – 16:00**	Risoto de carne moída com cenoura e tomate Lentilha	Sopa com arroz integral, abóbora, abobrinha e couve Carne moída	Arroz Feijão Carne moída com batata	Sopa com batata, lentilha, abóbora, chuchu e couve Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate

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)
812,94	113,84	56,01%	32,96	16,22%	25,72	28,47%	136,09	81,94	309,63	4,55

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