



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 14/11/2022 a 18/11/2022		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	14/11/2022 2º FEIRA	15/11/2022 3º FEIRA	16/11/2022 4º FEIRA	17/11/2022 5º FEIRA	18/11/2022 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00			Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Biscoito salgado Leite	
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00			Arroz Feijão Carne moída com mandioquinha Virado de abobrinha (farinha de milho) Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de soja em grão com vinagrete Melancia	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de chuchu Melão	
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00			Pão vegano Suco de uva integral	Torta salgada (sem glúten) Recheio de abobrinha, milho e tomate Suco individual	Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar) Leite	
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00			Arroz Carne moída ao molho	Sopa com batata, ervilha 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)
785,04	111,49	56,81%	31,62	16,11%	24,69	28,30%	134,17	47,50	299,41	4,63

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 hortifrútu  
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