



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 05/12/2022 a 09/12/2022		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	05/12/2022 2º FEIRA	06/12/2022 3º FEIRA	07/12/2022 4º FEIRA	08/12/2022 5º FEIRA	09/12/2022 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite	Pão com manteiga Leite		Biscoito salgado Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de beterraba Melancia	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Abóbora refogada Mamão	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de soja em grão com vinagrete Melão		Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de alface Melancia	
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)		Biscoito salgado Leite	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de frango com legumes Feijão	Sopa com arroz, abóbora, abobrinha e couve Carne moída	Arroz Lentilha Ovos mexidos com tomate		Macarrão Molho com carne moída	

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)
781,46	106,82	54,68%	31,67	16,21%	25,68	29,57%	134,18	82,50	291,20	4,29

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