



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 13/11/2023 a 17/11/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	13/11/2023 2º FEIRA	14/11/2023 3º FEIRA	15/11/2023 4º FEIRA	16/11/2023 5º FEIRA	17/11/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Pão com manteiga Leite	Pão integral com requeijão caseiro Leite		Biscoito salgado Vitamina de banana, cenoura e beterraba	Pão com requeijão caseiro Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de beterraba Maçã	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de cenoura Melancia		Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne com abóbora Salada de chuchu Abacaxi	
Lanche 13:00 – 14:00	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão de batata com manteiga Leite		Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne moída com cenoura e tomate	Sopa com macarrão, abóbora, beterraba e escarola Carne		Arroz Feijão Carne com tomate	Sopa com batata, ervilha cenoura, chuchu e couve Frango	

DIA NÃO LETIVO

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)
838,73	116,86	55,73%	34,31	16,36%	27,54	29,56%	169,45	71,17	336,95	3,83

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