



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 20/11/2023 a 24/11/2023		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	20/11/2023 2º FEIRA	21/11/2023 3º FEIRA	22/11/2023 4º FEIRA	23/11/2023 5º FEIRA	24/11/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00		Pão de forma integral com falsa ricota Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite	Pão com falsa ricota Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão integral com falsa ricota Leite
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00		Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Legumes sauté (cenoura, abobrinha e vagem) Melancia	Arroz Feijão Frango com cenoura e tomate Salada de escarola Abacaxi	Arroz Feijão Carne com tomate Couve refogada Banana	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão Salada de beterraba Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar)
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00		Ovos mexidos Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão integral com falsa ricota Leite	Pão Molho com frango Suco de melancia (sem açúcar)
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00		Risoto de frango com abóbora e tomate	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos	Macarrão Molho nutritivo com carne	Sopa com cará lentilha, abóbora, chuchu e escarola Carne

**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)
827,61	115,13	55,64%	38,20	18,46%	25,44	27,66%	190,04	57,68	392,15	5,58

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