



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 26/12/2022 a 30/12/2022		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	26/12/2022 2º FEIRA	27/12/2022 3º FEIRA	28/12/2022 4º FEIRA	29/12/2022 5º FEIRA	30/12/2022 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Biscoito salgado Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga Melancia	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Feijão Salada de cenoura Melão	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Maçã	Arroz Feijão Carne moída com tomate Banana	Macarrão Molho com carne moída Salada de abobrinha Abacaxi	
Lanche 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Biscoito salgado Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha, cenoura e milho Suco de uva integral	Pão caseiro com manteiga Leite	Ovos mexidos Suco de uva integral	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Feijão	Sopa com batata, feijão, cenoura, abobrinha e escarola Gema de ovo	Macarrão Molho com carne moída	Sopa com arroz, feijão, abóbora, beterraba e escarola Carne moída	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes	

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)
764,35	101,02	52,87%	32,29	16,90%	26,57	31,28%	144,27	31,45	300,64	4,40

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