



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 11/12/2023 a 15/12/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	11/12/2023 2º FEIRA	12/12/2023 3º FEIRA	13/12/2023 4º FEIRA	14/12/2023 5º FEIRA	15/12/2023 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão integral com falsa ricota Leite	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite com maçã (sem açúcar)	Pão com falsa ricota Leite	
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de cenoura Maçã	Arroz Feijão Frango com abobrinha Salada de beterraba Melão	Arroz Feijão Carne em iscas com berinjela e tomate Salada de repolho Banana	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne em iscas Abóbora refogada Abacaxi	
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Torta salgada caseira Recheio com legumes Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão de batata com falsa ricota Leite	Pão com falsa maionese Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão vegano Leite	
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Macarrão Molho com carne em iscas	Sopa com batata doce, abóbora, chuchu e couve Carne	Risoto de frango com cenoura e tomate	Sopa com batata, ervilha, cenoura, abobrinha e escarola Frango	Arroz Feijão tropeiro com carne em iscas	

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 1-3 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
822,90	115,68	56,23%	34,11	16,58%	26,17	28,63%	127,76	70,51	349,20	3,49

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