



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 18/12/2023 a 22/12/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	18/12/2023 2º FEIRA	19/12/2023 3º FEIRA	20/12/2023 4º FEIRA	21/12/2023 5º FEIRA	22/12/2023 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão de forma integral com falsa ricota Leite	Pão com falsa ricota Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite	
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate Maçã	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Abobrinha refogada Melancia	Macarrão Molho com carne Salada de escarola Abacaxi	Arroz Estrogonofe com carne Batata refogada Banana	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão Salada de beterraba Mamão	
<b>Lanche</b> 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Biscoito salgado Leite com banana e mamão (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão com falsa ricota Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Inhame ervilha cenoura, chuchu e escarola Carne	Risoto de frango com abóbora e tomate	Arroz Feijão tropeiro com carne	Macarrão Molho com frango	Sopa com arroz, lentilha, abóbora, abobrinha e couve Carne	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
811,70	111,35	54,87%	35,53	17,51%	26,45	29,33%	150,92	69,75	384,87	3,94

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