



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 25/12/2023 a 29/12/2023		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	25/12/2023 2º FEIRA	26/12/2023 3º FEIRA	27/12/2023 4º FEIRA	28/12/2023 5º FEIRA	29/12/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 – 08:00		Pão de forma integral com falsa ricota Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite	Biscoito salgado Leite
Almoço 10:00 – 11:00		Arroz Feijão Carne com berinjela e tomate Salada de acelga Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Frango com batata Salada de repolho Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Molho com carne em cubos Salada de almeirão com tomate Melancia
Lanche 13:00 – 14:00		Biscoito salgado Leite	Pão integral com falsa ricota Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de maracujá com manga (sem açúcar)
Jantar 15:00 – 16:00		Sopa com macarrão, abóbora, chuchu e escarola Frango	Arroz Feijão Frango com tomate	Sopa com arroz, abóbora, abobrinha e couve Carne	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate

DIA NÃO LETIVO

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)
784,57	109,56	55,86%	34,10	17,38%	24,81	28,46%	132,31	71,40	339,82	3,97

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