



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche CONSUMO: 01/01/2024 a 05/01/2024		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	01/01/2024 2º FEIRA	02/01/2024 3º FEIRA	03/01/2024 4º FEIRA	04/01/2024 5º FEIRA	05/01/2024 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00		Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com falsa ricota Leite	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	
Almoço 10:00 – 11:00		Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de beterraba Maçã	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Purê de mandioquinha Mamão	Arroz Feijão tropeiro com carne Escarola refogada Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Molho com frango Salada de alface Melancia	
Lanche 13:00 – 14:00		Ovos mexidos Suco de melancia (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão vegano Leite	Torta salgada caseira Recheio de frango (desfiado) com tomate Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00		Sopa com arroz, feijão cenoura, chuchu e escarola Frango	Risoto de carne moída com cenoura e tomate	Sopa com batata, lentilha, cenoura, abobrinha e couve Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate	

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)
809,25	109,92	54,33%	34,39	17,00%	26,91	29,93%	134,61	51,03	323,39	4,15

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