



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 17/01/2022 a 21/01/2022		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	17/01/2022 2º FEIRA	18/01/2022 3º FEIRA	19/01/2022 4º FEIRA	20/01/2022 5º FEIRA	21/01/2022 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão integral com manteiga Leite	Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar) Leite	Mamão Leite	Pão caseiro com manteiga Leite com banana e maçã (sem açúcar)	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de acelga Melão	Arroz Feijão Bolinhos de carne ao molho Purê de batata Maçã	Arroz Feijão Carne em cubos Farofa de cenoura Banana	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de alface Abacaxi	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate Feijão Salada de pepino Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	
Lanche 13:00 – 14:00	Torta salgada (sem glúten) Recheio de atum com tomate Suco de laranja (sem açúcar)	Biscoito doce Leite com maçã (sem açúcar)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suco de melão (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Pão com manteiga Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate Feijão	Sopa com batata doce, abóbora, chuchu e espinafre Gema de ovo	Arroz Feijão Frango com tomate	Arroz Feijão Bolinhos de carne ao molho	Sopa com arroz, feijão cenoura, abobrinha e couve Carne em cubos	

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)
1.081,84	118,28	43,73%	30,28	11,20%	56,46	46,97%	200,35	109,54	423,60	7,00

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