



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 24/01/2022 a 28/01/2022		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	24/01/2022 2º FEIRA	25/01/2022 3º FEIRA	26/01/2022 4º FEIRA	27/01/2022 5º FEIRA	28/01/2022 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão com manteiga Leite	Mistura para bolo (com banana) Leite	Pão integral com manteiga Leite com banana (sem açúcar)	Maçã Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de chuchu Maçã	Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Salada de acelga Pera	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate Feijão Salada de beterraba Banana	Arroz Feijão Carne em cubos com mandioquinha Virado de couve (farinha de milho) Mamão	Arroz Feijão Frango com abóbora Salada de berinjela Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	
Lanche 13:00 – 14:00	Pão com manteiga Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com banana (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de laranja (sem açúcar)	Biscoito doce Leite	Pão de forma integral com manteiga Leite com maçã (sem açúcar)	
Jantar 15:00 – 16:00	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão	Macarrão Molho com carne em cubos	Sopa com mandioquinha, abóbora, beterraba e chicória Gema de ovo	Sopa com mandioca cenoura, abobrinha e couve Frango	Arroz com cenoura Feijão Carne em cubos	

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)
797,99	119,67	59,99%	30,63	15,36%	23,48	26,48%	214,30	100,70	419,40	6,66

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