



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: I PERÍODO: 01/10/2018 a 05/10/2018		CARDÁPIO SEMANAL				TIPO DE ENSINO: Educação Infantil Integral FAIXA ETÁRIA: 12 a 23 meses (70%)	
REFEIÇÃO	01/10/2018 2º FEIRA	02/10/2018 3º FEIRA	03/10/2018 4º FEIRA	04/10/2018 5º FEIRA	05/10/2018 6º FEIRA		
CAFÉ DA MANHÃ 07:00 - 08:00	Leite (sem açúcar) Biscoito salgado	Leite (sem açúcar) Pão de forma integral com falsa ricota	Leite (sem açúcar) Pão com requeijão caseiro	Leite com banana e aveia (sem açúcar) Pão integral com creme vegetal	Leite (sem açúcar) Pão com requeijão caseiro		
ALMOÇO 10:00 - 11:00	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos com tomate Salada de cenoura Melão	Arroz integral Feijão carioca Coxinha da asa Salada de brócolis Melancia	Arroz Feijão carioca Frango com mandioquinha Salada de escarola com tomate Banana	Arroz Feijão carioca Molho com frango desfiado Couve refogada Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão carioca Frango com mandioca Salada de alface Melão		
LANCHE 13:00 - 14:00	Leite com abacate (sem açúcar) Pão com creme vegetal	Suco de abacaxi (sem açúcar) Pão de queijo	Leite com mamão (sem açúcar) Biscoito salgado	Leite (sem açúcar) Pão integral com requeijão caseiro	Suco de laranja (sem açúcar) Torta salgada com aveia Recheio de frango desfiado com tomate		
JANTAR 15:00 - 16:00	Arroz Feijão carioca Molho com frango desfiado	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão carioca	Sopa arroz, ervilha seca, chuchu, abóbora, escarola e tomate Frango desfiado	Macarrão integral Molho com frango desfiado	Sopa macarrão, mandioquinha, abobrinha, cenoura, couve e tomate Ovo		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lípídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
715,57	99,05	8,45	34,54	21,35	152,04	62,16	331,78	117,76	3,09	2,91

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

Cardápio sujeito a alterações

Horário sugerido das refeições

Cardápio elaborado conforme Resolução nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas