



TIPO DE CARDÁPIO: EI PERÍODO: 10/09/2018 a 14/09/2018		CARDÁPIO SEMANAL				TIPO DE ENSINO: Educação Infantil Integral FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos (70%)	
REFEIÇÃO	10/09/2018 2º FEIRA	11/09/2018 3º FEIRA	12/09/2018 4º FEIRA	13/09/2018 5º FEIRA	14/09/2018 6º FEIRA		
CAFÉ DA MANHÃ 07:00 - 08:00	Leite com chocolate em pó Biscoito salgado	Capuccino Pão integral com creme vegetal	Leite com chocolate em pó Pão de forma integral com requeijão caseiro	Capuccino Pão integral com falsa ricota	Leite com chocolate em pó Pão com creme vegetal		
ALMOÇO 10:00 - 11:00	Arroz Feijão carioca Frango desfiado com tomate Salada de couve-flor Maçã	Arroz integral Feijão carioca Carne moída com mandioquinha Salada de feijão branco com vinagrete Abacaxi	Arroz Feijão carioca Carne em iscas com legumes Salada de alface Mamão	Arroz Feijão carioca Pernil moído com legumes Farofa de couve Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão integral Molho com frango desfiado Salada de brócolis Banana		
LANCHE 13:00 - 14:00	Capuccino Pão de queijo	Leite com chocolate em pó Biscoito salgado	Leite com chocolate em pó Bolo de banana	Leite com chocolate em pó Pão com creme vegetal	Suco de laranja com cenoura Torta salgada com aveia Recheio de sardinha com tomate		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
621,58	92,69	7,29	23,75	18,57	162,11	59,72	344,09	87,71	2,01	2,08

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