



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 23/01/2023 a 27/01/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	23/01/2023 2º FEIRA	24/01/2023 3º FEIRA	25/01/2023 4º FEIRA	26/01/2023 5º FEIRA	27/01/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão vegano Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Leite com café
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de repolho	Arroz Feijão Carne moída com chuchu Salada de pepino	Macarrão Molho com carne moída Salada de alface	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de escarola com tomate	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de beterraba Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar)
<b>Fruta</b>	Maçã	Abacaxi	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Pera	
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Suco de uva integral	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de uva integral
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Macarrão Molho com carne moída	Sopa com mandioca abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes	Sopa com batata, ervilha abóbora, chuchu e couve Carne moída	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Feijão

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
937,50	113,52	48,44%	32,06	13,68%	40,60	38,98%

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