



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 29/01/2024 a 02/02/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	29/01/2024 2º FEIRA	30/01/2024 3º FEIRA	31/01/2024 4º FEIRA	01/02/2024 5º FEIRA	02/02/2024 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b>  07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com café	Pão integral com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Vitamina de maçã (com leite) (sem açúcar)	Pão com falsa ricota Leite com café	
<b>Almoço</b>  10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de pepino	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Purê de batata	Arroz Feijão Carne em iscas com mandioquinha Salada de couve com tomate	Risoto de frango desfiado com cenoura e tomate Feijão Salada de alface	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de chuchu	
<b>Fruta</b>	Melão	Abacaxi	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Maçã	
<b>Lanche</b>  13:00 - 14:00	Pão caseiro com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com café	Pão vegano Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de melão (sem açúcar)	
<b>Jantar</b>  15:00 - 16:00	Arroz Feijão com carne em iscas	Sopa com batata doce, ervilha abóbora, chuchu e couve Carne em iscas	Arroz com cenoura Feijão Ovos mexidos	Sopa com macarrão, abóbora, beterraba e escarola Frango	Macarrão Molho com frango	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.022,83	146,51	57,29%	41,06	16,06%	31,41	27,64%

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