



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 22/01/2024 a 26/01/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	22/01/2024 2º FEIRA	23/01/2024 3º FEIRA	24/01/2024 4º FEIRA	25/01/2024 5º FEIRA	26/01/2024 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com falsa ricota Leite com café	Pão com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Vitamina de abacate com banana (com leite) (sem açúcar)	Pão integral com falsa ricota Leite com café
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e cenoura Salada de tomate	Arroz Feijoadinha (feijão preto com carne em iscas) Virado de couve (com farinha de milho)	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango Salada de escarola	Arroz Feijão Frango com tomate Creme de milho	Pão Molho com carne em iscas Suco de melancia (sem açúcar) Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar)
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Maçã	Melão	Banana	
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Pão com falsa ricota Leite com café	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com falsa maionese Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão vegano Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate	Sopa com arroz, abóbora, beterraba e escarola Frango	Arroz Feijão Carne em iscas	Macarrão Molho com carne em iscas	Sopa com cará ervilha abóbora, chuchu e escarola Frango

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.038,70	147,90	56,96%	43,18	16,63%	31,82	27,57%

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