



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 05/02/2024 a 09/02/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	05/02/2024 2º FEIRA	06/02/2024 3º FEIRA	07/02/2024 4º FEIRA	08/02/2024 5º FEIRA	09/02/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com falsa ricota Leite com café	Pão de forma integral com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com falsa ricota Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Frango (desfiado) com batata e tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de pepino	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface	Arroz Feijão com carne em iscas Farofa de cenoura Salada de tomate	Macarrão Molho com frango desfiado Salada de escarola
Fruta	Melão	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Goiaba	Melancia
Lanche 13:00 - 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de manga (sem açúcar)	Pão vegano Leite com café	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de melancia (sem açúcar)	Pão caseiro com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate	Sopa com macarrão, feijão, cenoura, chuchu e escarola Frango	Arroz Feijão Carne moída com batata	Sopa com batata, ervilha, abóbora, abobrinha e couve Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
990,89	140,12	56,56%	41,78	16,87%	30,53	27,73%

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