



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 04/03/2024 a 08/03/2024

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	04/03/2024 2º FEIRA	05/03/2024 3º FEIRA	06/03/2024 4º FEIRA	07/03/2024 5º FEIRA	08/03/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com café	Pão de forma integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com falsa ricota Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Salada de abobrinha	Arroz integral Feijão Carne refogada Creme de milho Salada de pepino	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface	Arroz Feijão preto Carne com tomate Farofa de cenoura Salada vinagrete	Macarrão Molho com frango desfiado Salada de escarola
Fruta	Melão	Maçã	Salada de frutas com manga (banana, laranja, maçã, mamão e manga)	Goiaba	Melancia
Lanche 13:00 - 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja com manga (sem açúcar)	Kibe vegano Suco de uva integral	Pão vegano Leite com café	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de uva integral	Pão caseiro com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto com carne, cenoura e tomate	Sopa com macarrão, feijão abóbora, chuchu e espinafre Frango	Arroz Feijão Carne com cenoura	Sopa com mandioquinha, ervilha abóbora, chuchu e espinafre 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)	
1.037,68	145,75	56,18%	43,51	16,77%	32,46	28,16%

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 hortifrútu
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