



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



| TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2<br>CONSUMO: 06/03/2023 a 10/03/2023 |   | TIPO DE ENSINO: Pré-escola<br>FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)                                  |  |  | PERÍODO: Parcial   |  |
|---|---|---|--|--|--|--|
| REFEIÇÃO  | 06/03/2023<br>2º FEIRA  | 07/03/2023<br>3º FEIRA  | 08/03/2023<br>4º FEIRA   | 09/03/2023<br>5º FEIRA   | 10/03/2023<br>6º FEIRA   |  |
| <b>Almoço</b><br>10 às 12h/ 12 às 13h   | Arroz<br>Feijão<br>Carne em cubos com batata<br>Salada de beterraba | Arroz integral com cenoura<br>Feijão<br>Ovos mexidos com tomate<br>Salada de abobrinha      | Macarrão ao alho e óleo<br>Bolinho de carne ao molho<br>Salada de pepino | Arroz<br>Feijão<br>Filé mignon suíno<br>Salada de escarola com<br>tomate | Risoto de frango em cubos<br>com legumes<br>Feijão<br>Salada de alface |  |
| <b>Fruta</b>  | Melão   | Melancia  | Salada de frutas com<br>manga (banana, laranja,<br>maçã, mamão e manga)  | Goiaba   | Maçã   |  |
| <b>Lanche</b><br>7 às 8h/ 15 às 16h   | Bolo caseiro de banana<br>(sem açúcar)<br>Leite com café            | Torta salgada caseira<br>Recheio de frango<br>(desfiado) com tomate<br>Suco de uva integral | Pão com manteiga<br>Leite com chocolate em pó                            | Ovos mexidos<br>Suco de abacaxi, laranja<br>e maçã (sem açúcar)          | Pão integral com<br>requeijão caseiro<br>Leite com chocolate em pó     |  |

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (30%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 578,40         | 80,53           | 55,69% | 26,02        | 17,99% | 17,81       | 27,71% |

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