



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2 CONSUMO: 11/03/2024 a 15/03/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)			PERÍODO: Parcial
REFEIÇÃO	11/03/2024 2º FEIRA	12/03/2024 3º FEIRA	13/03/2024 4º FEIRA	14/03/2024 5º FEIRA	15/03/2024 6º FEIRA
Almoço 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Frango desfiado com tomate Salada de beterraba	Arroz Feijão Carne com tomate Batata com molho branco	Arroz Feijão Molho com carne Polenta Salada de alface	Risoto de frango desfiado com cenoura e tomate Feijão Salada de chuchu
Fruta	Maçã	Goiaba	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Abacaxi
Lanche 7 às 8h/ 15 às 16h	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de uva integral	Ovos mexidos Suco de melancia (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de uva integral	Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
589,82	90,19	61,16%	24,33	16,50%	15,83	24,16%

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 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