



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 18/03/2024 a 22/03/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	18/03/2024 2º FEIRA	19/03/2024 3º FEIRA	20/03/2024 4º FEIRA	21/03/2024 5º FEIRA	22/03/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com manteiga Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Carne com batata Salada de pepino com tomate	Arroz integral Feijão Carne com tomate Salada de acelga	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de repolho	Pão Molho com frango desfiado Suco de uva integral Bolo de cenoura com cobertura de chocolate
Fruta	Abacaxi	Maçã	Mamão	Salada de frutas	
Lanche 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com café	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco de uva integral	Pão integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto com carne, cenoura e tomate	Sopa com fubá, cenoura, abobrinha e couve Carne	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes	Sopa com cará abóbora, chuchu e espinafre Carne	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.004,38	135,50	53,96%	43,12	17,17%	33,57	30,09%

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