



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 25/03/2024 a 29/03/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	25/03/2024 2º FEIRA	26/03/2024 3º FEIRA	27/03/2024 4º FEIRA	28/03/2024 5º FEIRA	29/03/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Vitamina de banana, cenoura e beterraba (com leite) (sem açúcar)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)	
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Mix de legumes (jardineira) refogado	Arroz integral Carne com batata ao molho Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Virado de couve (com farinha de milho)	Arroz Feijão Carne com tomate Creme de milho Salada de escarola com cenoura	
Fruta	Maçã	Melancia	Caqui	Mamão	
Lanche 13:00 - 14:00	Pão vegano Suco de uva integral	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	DIA NÃO LETIVO
Jantar 15:00 - 16:00	Sopa com batata doce, abóbora, chuchu e escarola Carne	Risoto de frango com abóbora e tomate	Arroz com abobrinha Feijoadina (feijão preto com carne)	Polenta Molho com proteína de soja	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
998,44	137,02	54,89%	41,15	16,49%	33,19	29,92%

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