



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 10/03/2025 a 14/03/2025

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

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO | 10/03/2025 2º FEIRA | 11/03/2025 3º FEIRA | 12/03/2025 4º FEIRA | 13/03/2025 5º FEIRA | 14/03/2025 6º FEIRA |
|---------------------------------------|--|--|--|--|---|
| Café da manhã 07:00 - 08:00 | Ovos mexidos Suco de caju com maçã (polpa congelada) | Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó | Pão de forma integral com requeijão caseiro Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar) | Bolo caseiro de laranja com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó | Pão com geleia de goiaba Vitamina de maçã (com leite) (sem açúcar) |
| Almoço 10:00 - 11:00 | Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Creme de espinafre | Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface | Arroz Frango Berinjela refogada Salada de acelga | Arroz Feijão Carne Repolho refogado Salada de tomate | Arroz Feijão Carne com tomate Batata ao molho branco |
| Fruta | Abacaxi | Maçã | Goiaba | Banana | Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão) |
| Lanche 13:00 - 14:00 | Torta salgada caseira (massa de beterraba) com recheio de abobrinha e cenoura Suco de melancia (sem açúcar) | Pão de batata com manteiga Leite com chocolate em pó | Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar) | Pão caseiro com requeijão caseiro Iogurte de morango com banana e maçã | Pão com falsa ricota Suco de laranja (sem açúcar) |
| Jantar 15:00 - 16:00 | Arroz Feijão Carne com cenoura | Sopa com macarrão, feijão abóbora beterraba e escarola Carne | Macarrão Molho com frango Escarola refogada | Sopa com fubá, feijão cenoura, abobrinha e couve Ovo cozido | Arroz Feijão Frango com cenoura e tomate |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.058,97 | 150,94 | 57,02% | 45,18 | 17,07% | 32,37 | 27,51% |

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