



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Refeição PERÍODO: 09/03/2020 a 13/03/2020		CARDÁPIO SEMANAL				TIPO DE ENSINO: Educação Infantil FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos (20%)	
REFEIÇÃO	09/03/2020 2º FEIRA	10/03/2020 3º FEIRA	11/03/2020 4º FEIRA	12/03/2020 5º FEIRA	13/03/2020 6º FEIRA		
REFEIÇÃO							
Manhã: 09:30 - 10:30	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos Salada de cenoura Maçã	Arroz Feijão carioca Frango com cenoura Salada de escarola com tomate Melancia	Arroz Feijão preto Carne em cubos com mandioquinha Salada de repolho Goiaba	Arroz Feijão carioca Frango ao molho escuro Abóbora refogada Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão carioca Carne em cubos com batata Salada de berinjela Banana		
Tarde: 15:00 - 16:00							

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 a 5 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
301,32	49,02	6,17	13,90	6,14	10,75	35,65	36,08	61,80	2,00	1,79

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
Cardápio sujeito a alterações
Horário sugerido das refeições
Cardápio elaborado conforme Resolução nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas