



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 08/04/2024 a 12/04/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	08/04/2024 2º FEIRA	09/04/2024 3º FEIRA	10/04/2024 4º FEIRA	11/04/2024 5º FEIRA	12/04/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Vitamina de banana e mamão (com leite) (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão caseiro com manteiga Vitamina de maçã (com leite) (sem açúcar)	Bolo da Cacau (Vencedora Concurso de Receitas 2023) Leite com café
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Frango em cubos com legumes Mandioquinha sauté Salada de beterraba	Arroz Feijão Estrogonofe com carne Batata rústica (com casca)	Arroz Feijão Molho com carne Polenta Salada de alface	Arroz Feijão Carne com tomate Salada de chuchu
Fruta	Maçã	Melancia	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Abacaxi
Lanche 13:00 - 14:00	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com falsa maionese Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de batata com manteiga Leite com chocolate em pó
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto de carne com cenoura e tomate	Sopa com batata doce, abóbora, chuchu e espinafre Carne em cubos	Macarrão Molho com frango em cubos (com legumes)	Sopa com batata, ervilha cenoura, abobrinha e escarola Carne	Arroz com cenoura Feijão com carne em cubos

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.040,72	143,34	55,09%	45,43	17,46%	33,49	28,96%

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