



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 15/04/2024 a 19/04/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	15/04/2024 2º FEIRA	16/04/2024 3º FEIRA	17/04/2024 4º FEIRA	18/04/2024 5º FEIRA	19/04/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)	Pão de forma integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com requeijão caseiro Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Paleta Purê de batata doce Salada de brócolis	Arroz integral Feijão Carne em cubos com berinjela e tomate Salada de acelga	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Frango em cubos com legumes Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz Feijão Panqueca com frango (desfiado) com molho Salada de almeirão com tomate
Fruta	Abacaxi	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Melancia
Lanche 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão vegano Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de maracujá com manga (sem açúcar)	Kibe vegano Suco de caju com maçã (polpa congelada)
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto de frango em cubos com legumes	Sopa com fubá, abóbora, abobrinha e couve Frango	Arroz Feijão Carne de panela (carne em cubos com tomate)	Sopa com batata, abóbora, chuchu e espinafre Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.015,42	143,25	56,43%	43,37	17,08%	31,31	27,75%

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