



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 15/05/2023 a 19/05/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	15/05/2023 2º FEIRA	16/05/2023 3º FEIRA	17/05/2023 4º FEIRA	18/05/2023 5º FEIRA	19/05/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com maçã (sem açúcar)	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de pepino	Risoto com arroz integral, frango desfiado, cenoura e tomate Feijão Salada de repolho	Arroz Feijão Frango com batata Salada de escarola	Arroz Feijão Bolinho de carne assado Salada de couve-flor com tomate	Arroz Feijão Carne moída com mandioca Salada de almeirão
Fruta	Melancia	Maçã	Caqui	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Banana
Lanche 13:00 - 14:00	Torta salgada caseira Recheio de frango (sassami) com tomate Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito polvilho Leite com chocolate em pó	Pão com falsa maionese Suco de melancia (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com abacate e banana (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Carne moída com tomate	Sopa com batata, abóbora, chuchu e espinafre Gema de ovo	Arroz com cenoura Feijão Ovos mexidos	Sopa com arroz integral, feijão cenoura, abobrinha e escarola Carne moída	Macarrão integral Frango com tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.009,11	141,94	56,26%	43,42	17,21%	31,29	27,91%

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 hortifrutis.
Cardápio sujeito a alterações.
Horário sugerido das refeições.
Cardápio elaborado conforme Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020.

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