



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 12/06/2023 a 16/06/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	12/06/2023 2º FEIRA	13/06/2023 3º FEIRA	14/06/2023 4º FEIRA	15/06/2023 5º FEIRA	16/06/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito polvilho Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com banana (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão tropeiro com carne em iscas Salada de pepino	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de chuchu	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Batata sauté	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Cuscuz com frango desfiado e tomate Salada de repolho
Fruta	Melancia	Maçã	Banana	Melão	Tangerina
Lanche 13:00 - 14:00	Pão de forma integral com manteiga Leite com café	Pão vegano Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com requeijão caseiro Suco de laranja com manga (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Arroz doce com banana e canela (sem açúcar) Abacaxi
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate	Sopa de arroz, cenoura, chuchu e escarola Carne em iscas	Arroz Feijão Frango desfiado com tomate	Sopa com batata doce, lentilha, Abóbora, abobrinha e couve Carne em iscas	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
996,95	144,61	58,02%	39,55	15,87%	30,40	27,44%

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