



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral		TIPO DE ENSINO: Pré-escola			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 19/06/2023 a 23/06/2023		FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)				
REFEIÇÃO	19/06/2023 2º FEIRA	20/06/2023 3º FEIRA	21/06/2023 4º FEIRA	22/06/2023 5º FEIRA	23/06/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito polvilho Leite com café	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó	
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga	Arroz com cenoura Feijão Carne em cubos com tomate Salada de berinjela	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de pepino com tomate	Nhoque de soja Molho de tomate caseiro com carne em iscas Salada de alface	Arroz Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de almeirão	
Fruta	Melão	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Melancia	
Lanche 13:00 - 14:00	Pão caseiro com manteiga Leite com café	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Torta salgada caseira Recheio de atum com tomate Suco de laranja (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo de laranja (com casca) e banana (sem açúcar) Leite com café	
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Feijão	Sopa com batata, abóbora, chuchu e couve Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate	Sopa com arroz, feijão, cenoura, abobrinha e escarola Frango	Arroz Feijão Carne em cubos com tomate	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
949,79	129,67	54,61%	43,32	18,24%	29,91	28,34%

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