



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 17/06/2024 a 21/06/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	17/06/2024 2º FEIRA	18/06/2024 3º FEIRA	19/06/2024 4º FEIRA	20/06/2024 5º FEIRA	21/06/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)	Pão de forma integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com requeijão caseiro Vitamina de abacate com banana (com leite) (sem açúcar)	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz integral Feijão Frango em cubos com legumes Salada de pepino com tomate	Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Salada de acelga	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de repolho com tomate	Arroz Feijão Panqueca com pernil (desfiado) com molho (caseiro) Salada de almeirão
Fruta	Melão	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Banana
Lanche 13:00 - 14:00	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Pão integral com geleia de goiaba Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco misto de goiaba e maçã	Kibe vegano Suco de maracujá com manga (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes	Sopa com arroz, lentilha, abóbora, chuchu e escarola Frango em cubos	Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes	Sopa com cará ervilha cenoura, chuchu e couve Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
978,16	139,07	56,87%	42,78	17,49%	29,36	27,01%

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 hortifrútu
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