



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Refeição PERÍODO: 29/07/2019 a 02/08/2019		CARDÁPIO SEMANAL				TIPO DE ENSINO: Educação Infantil FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos (20%)	
REFEIÇÃO	29/07/2019 2º FEIRA	30/07/2019 3º FEIRA	31/07/2019 4º FEIRA	01/08/2019 5º FEIRA	02/08/2019 6º FEIRA		
REFEIÇÃO Manhã: 09:30 - 10:30 Tarde: 15:00 - 16:00	Arroz integral Feijão carioca Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura Maçã	Arroz Feijão carioca Estrogonofe de frango Batata refogada Melão	Arroz Feijão carioca Lagarto com cenoura Farofa de couve Abacaxi	Arroz Feijão preto Lagarto com pimentão e tomate Salada de alface Tangerina	Risoto de frango com cenoura e tomate Salada de grão de bico com vinagrete Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 a 5 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
295,10	45,54	4,90	14,93	6,48	28,94	41,59	50,75	61,92	1,95	2,10

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
Cardápio sujeito a alterações
Horário sugerido das refeições
Cardápio elaborado conforme Resolução nº26, de 17 de junho de 2013.

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