



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 1 CONSUMO: 11/07/2022 a 15/07/2022		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)			PERÍODO: Parcial	
REFEIÇÃO	11/07/2022 2º FEIRA	12/07/2022 3º FEIRA	13/07/2022 4º FEIRA	14/07/2022 5º FEIRA	15/07/2022 6º FEIRA	
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com café	Mingau de aveia com banana (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com café	Pão com manteiga Leite com maçã e aveia (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com café	
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de pepino	Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Salada de berinjela	Arroz Lentilha Carne em cubos Salada de beterraba	Arroz Feijão Carne moída com batata Virado de couve	Risoto de carne moída com mix de legumes e tomate Feijão Salada de abobrinha	
<b>Fruta</b> <b>Fruta</b>	Melancia	Maçã	Banana	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
591,25	103,09	69,74%	21,56	14,58%	12,79	19,47%

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