



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2
CONSUMO: 04/07/2022 a 08/07/2022

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	04/07/2022 2º FEIRA	05/07/2022 3º FEIRA	06/07/2022 4º FEIRA	07/07/2022 5º FEIRA	08/07/2022 6º FEIRA
Almoço 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz integral Feijão Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté	Arroz Feijão Carne moída com tomate e pimentão Salada de alface	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de almeirão	Macarrão Molho com carne em cubos Salada de repolho
Fruta	Abacaxi	Pera	Maçã	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)
Lanche 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolo (integral) de maçã com banana (sem açúcar) Suco de melão (sem açúcar)	Pão vegano Leite com café	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de abacaxi (polpa congelada) com laranja e maçã (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar)	Pão integral com falsa maionese Suco de melancia (sem açúcar)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
518,64	78,92	60,87%	18,95	14,62%	15,03	26,08%

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