



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2
CONSUMO: 17/07/2023 a 21/07/2023

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

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO | 17/07/2023 2º FEIRA | 18/07/2023 3º FEIRA | 19/07/2023 4º FEIRA | 20/07/2023 5º FEIRA | 21/07/2023 6º FEIRA |
|---------------------------------------|---|---|---|--|--|
| Almoço 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga | Arroz com cenoura Feijão Carne em iscas com mandioca Salada de berinjela | Arroz Feijão Estrogonofe com frango Salada de pepino com tomate | Arroz Feijão Proteína de soja com cenoura e tomate Salada de alface | Macarrão Molho nutritivo com carne em cubos Salada de almeirão |
| Fruta | Melão | Maçã | Mamão | Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão) | Melancia |
| Lanche 7 às 8h/ 15 às 16h | Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com café | Biscoito salgado Leite com chocolate em pó | Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de laranja (sem açúcar) | Pão integral com manteiga Leite com abacate e banana (sem açúcar) | Pão com falsa maionese Suco de maracujá com manga (sem açúcar) |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 556,60 | 81,68 | 58,70% | 20,53 | 14,76% | 17,45 | 28,22% |

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