



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc (II) Integral		TIPO DE ENSINO: Pré-escola			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 31/07/2023 a 04/08/2023		FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)				
REFEIÇÃO	31/07/2023 2º FEIRA	01/08/2023 3º FEIRA	02/08/2023 4º FEIRA	03/08/2023 5º FEIRA	04/08/2023 6º FEIRA	
<b>Café da Manhã</b> 07:00 – 08:00	Biscoito polvilho Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de maçã Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	
<b>Almoço</b> 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de abobrinha	Arroz integral com cenoura Feijão Carne em iscas Salada de beterraba	Arroz Feijão Frango Purê de mandioquinha Salada de pepino	Arroz Feijão tropeiro com carne em iscas Virado de escarola (com farinha de milho)	Nhoque de soja Bolinho de carne com molho nutritivo Salada de alface	
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Melão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Mamão	Maçã	
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com café	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de abacaxi com laranja	Torta salgada caseira Recheio de atum com tomate Suco de melancia (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	
<b>Jantar</b> 15:00 – 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Feijão	Sopa com mandioquinha, feijão beterraba, chuchu, abobrinha, tomate e espinafre (mix) Frango	Arroz Feijão Carne em iscas com batata	Sopa com macarrão, lentilha abóbora, beterraba e escarola Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.020,45	139,94	54,86%	43,49	17,05%	33,44	29,49%

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 nº06, de 08 de maio de 2020.

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