



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral		TIPO DE ENSINO: Pré-escola			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 10/07/2023 a 14/07/2023		FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)				
REFEIÇÃO	10/07/2023 2º FEIRA	11/07/2023 3º FEIRA	12/07/2023 4º FEIRA	13/07/2023 5º FEIRA	14/07/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito polvilho Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com banana e mamão (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão tropeiro com carne em iscas Virado de couve (com farinha de milho)	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de repolho	Arroz Feijão Carne em iscas Purê de batata	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Salada de chuchu	
Fruta	Pera	Abacaxi	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Tangerina	
Lanche 13:00 - 14:00	Pão caseiro com manteiga Leite com café	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de melancia (sem açúcar)	
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto com arroz, frango, cenoura e tomate	Sopa com macarrão, feijão abóbora beterraba e escarola Carne em iscas	Arroz Feijão Frango com tomate	Sopa com batata, abóbora, abobrinha, tomate e espinafre (mix) lentilha, Carne em iscas	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
967,31	133,27	55,11%	40,26	16,65%	31,43	29,24%

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