



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 17/07/2023 a 21/07/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
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
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	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
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Melancia
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	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)
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Carne em cubos	Sopa com mandioca, cenoura, abobrinha, tomate e brócolis (mix) Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate	Sopa com mandioca, cenoura, abobrinha, tomate e brócolis (mix) feijão Carne em iscas	Arroz Feijão Frango com tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.002,31	140,41	56,04%	41,25	16,46%	31,97	28,71%

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