



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 24/07/2023 a 28/07/2023

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	24/07/2023 2º FEIRA	25/07/2023 3º FEIRA	26/07/2023 4º FEIRA	27/07/2023 5º FEIRA	28/07/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com banana (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com café	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de beterraba	Arroz integral com cenoura Feijão Carne em iscas Salada de chuchu	Arroz Feijão Atum com tomate Purê de batata	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de escarola	Pão Molho de tomate caseiro com carne em iscas Suco individual Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar)
Fruta	Abacaxi	Pera	Tangerina	Melancia	
Lanche 13:00 - 14:00	Pão caseiro com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de laranja com cenoura (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com café
Jantar 15:00 - 16:00	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Feijão	Macarrão Frango com tomate	Sopa com batata doce, feijão cenoura, chuchu e couve Frango	Arroz Feijão tropeiro com carne em iscas	Sopa de arroz, feijão beterraba, chuchu, abobrinha, tomate e espinafre (mix) Frango

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
971,24	134,47	55,38%	41,70	17,17%	30,57	28,33%

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