



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral  
CONSUMO: 15/07/2024 a 19/07/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	15/07/2024 2º FEIRA	16/07/2024 3º FEIRA	17/07/2024 4º FEIRA	18/07/2024 5º FEIRA	19/07/2024 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b>  07:00 - 08:00	Biscoito salgado Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com requeijão caseiro Vitamina de abacate com banana (com leite) (sem açúcar)	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
<b>Almoço</b>  10:00 - 11:00	Arroz Tutu de feijão (com farinha de milho) Carne em cubos com legumes Salada de pepino com tomate	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Creme de espinafre	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz integral Feijão Molho de tomate caseiro com frango desfiado Polenta Salada de repolho	Arroz Feijão preto Filé mignon suíno Salada vinagrete
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Banana
<b>Lanche</b>  13:00 - 14:00	Ovos mexidos Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco de melão (sem açúcar)	Pão integral com geleia de goiaba Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão de batata com falsa ricota Suco de maracujá com manga (sem açúcar)
<b>Jantar</b>  15:00 - 16:00	Sopa com arroz, lentilha, cenoura, brócolis e tomate Frango desfiado	Macarrão Molho de tomate caseiro com carne em cubos com legumes	Arroz integral com brócolis Feijão Filé mignon suíno	Sopa com macarrão, ervilha cenoura, chuchu e couve Frango desfiado	Arroz Lentilha Ovos mexidos com abobrinha e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.015,42	139,91	55,11%	45,73	18,01%	31,91	28,28%

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