



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral  
CONSUMO: 29/07/2024 a 02/08/2024

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	29/07/2024 2º FEIRA	30/07/2024 3º FEIRA	31/07/2024 4º FEIRA	01/08/2024 5º FEIRA	02/08/2024 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b>  07:00 - 08:00	Pão (forma integral) com geleia de goiaba Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)
<b>Almoço</b>  10:00 - 11:00	Arroz Feijão preto Carne em cubos Legumes (congelados) sauté	Arroz integral Feijão Panqueca com frango desfiado ao molho de tomate caseiro Salada de beterraba	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Purê de mandioquinha	Macarrão Molho nutritivo com proteína de soja Salada de almeirão
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Banana	Salada de frutas com manga (banana, laranja, maçã, mamão e manga)	Tangerina
<b>Lanche</b>  13:00 - 14:00	Bolo da Cacau (Vencedora Concurso de Receitas 2023) Leite com chocolate em pó	Kibe vegano Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco misto de goiaba e maçã
<b>Jantar</b>  15:00 - 16:00	Arroz integral com cenoura Feijão Filé mignon suíno	Sopa com mandioca feijão abóbora, beterraba e escarola Frango desfiado	Polenta Molho de tomate caseiro com carne em cubos com legumes	Sopa com macarrão, lentilha, cenoura, brócolis e tomate Frango desfiado	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
982,64	136,63	55,62%	43,38	17,66%	31,10	28,48%

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 hortifrútu  
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