



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 28/08/2023 a 01/09/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	28/08/2023 2º FEIRA	29/08/2023 3º FEIRA	30/08/2023 4º FEIRA	31/08/2023 5º FEIRA	01/09/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com café	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Bolinha misto de carne (bovina e suína) com molho nutritivo Purê de mandioquinha	Arroz Feijão tropeiro com carne Couve refogada	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Estrogonofe de carne Batata sauté	Macarrão Molho com frango Salada de pepino
Fruta	Melão	Abacaxi	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Mamão	Maçã
Lanche 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de laranja (sem açúcar)	Biscoito polvilho Leite com chocolate em pó	Arroz doce com banana (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate	Sopa com batata, cenoura, chuchu e escarola Frango	Arroz Feijão Carne com abóbora	Sopa com arroz, lentilha, cenoura, abobrinha e couve Frango	Risoto com carne, cenoura e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
971,56	132,40	54,51%	37,66	15,50%	33,96	31,45%

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