



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 12/08/2024 a 16/08/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	12/08/2024 2º FEIRA	13/08/2024 3º FEIRA	14/08/2024 4º FEIRA	15/08/2024 5º FEIRA	16/08/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão integral com requeijão caseiro Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com geleia de morango Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de pepino	Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Salada de chuchu	Arroz Feijão Escondidinho de abóbora com frango desfiado Salada de alface	Arroz Feijão Frango desfiado com tomate Cenoura refogada	Arroz Feijão preto Filé mignon suíno Salada vinagrete
Fruta	Maçã	Melancia	Banana	Maçã	Abacaxi
Lanche 13:00 - 14:00	Arroz doce com banana (sem açúcar)	Pão de batata com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Pão com falsa maionese Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão vegano Leite com chocolate em pó	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Suco de melão (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Filé mignon suíno com mandioquinha	Sopa com fubá, lentilha, cenoura, brócolis e tomate Frango	Macarrão ao alho e óleo Molho de tomate caseiro com frango desfiado	Sopa com batata, feijão abóbora, chuchu e espinafre Gema de ovo	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) com molho nutritivo

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
983,49	144,90	58,93%	39,10	15,90%	29,21	26,73%

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