



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 19/08/2024 a 23/08/2024

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

PERÍODO: Integral

| REFEIÇÃO | 19/08/2024 2º FEIRA | 20/08/2024 3º FEIRA | 21/08/2024 4º FEIRA | 22/08/2024 5º FEIRA | 23/08/2024 6º FEIRA |
|---|---|--|---|--|---|
| Café da manhã 07:00 - 08:00 | Pão com manteiga Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar) | Pão (forma integral) com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó | Pão caseiro com manteiga Vitamina de banana e mamão (com leite) (sem açúcar) | Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) |
| Almoço 10:00 - 11:00 | Arroz integral Feijão Fricassê de frango desfiado (com creme de milho) Salada de beterraba | Arroz Grão de bico com filé mignon suíno, cenoura e tomate Mandioca sauté | Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de alface | Arroz Feijão Frango desfiado com cenoura e tomate Salada de acelga | Arroz Feijão Panqueca com frango desfiado ao molho de tomate caseiro Salada de almeirão com tomate |
| Fruta | Melão | Maçã | Mamão | Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão) | Banana |
| Lanche 13:00 - 14:00 | Ovos mexidos Suco de caju com maçã (polpa congelada) | Pão com manteiga Leite com chocolate em pó | Pão integral com geleia de goiaba Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco misto de goiaba e maçã | Kibe vegano Suco de maracujá com manga (sem açúcar) |
| Jantar 15:00 - 16:00 | Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado | Sopa com arroz, feijão abóbora, chuchu e escarola Frango | Arroz Feijoadilha (feijão preto com filé suíno) | Sopa com cará ervilha cenoura, chuchu e couve Gema de ovo | Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 958,86 | 135,45 | 56,50% | 40,82 | 17,03% | 29,84 | 28,01% |

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