



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 1 CONSUMO: 20/09/2021 a 24/09/2021		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)			PERÍODO: Parcial
REFEIÇÃO	20/09/2021 2º FEIRA	21/09/2021 3º FEIRA	22/09/2021 4º FEIRA	23/09/2021 5º FEIRA	24/09/2021 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com café	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de banana Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com requeijão Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar)	Bolo caseiro simples Leite com café
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Omelete de Forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de chuchu	Arroz com cenoura Feijão Frango refogado Salada de beterraba	Arroz Lentilha Carne com chuchu Salada de repolho com tomate	Arroz Feijão Lombo suíno em cubos Couve refogada	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão Salada de alface
<b>Fruta</b> <b>Fruta</b>	Maçã	Pera	Melão	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
476,08	70,13	58,93%	18,85	15,84%	13,82	26,13%

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