



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2
CONSUMO: 26/09/2022 a 30/09/2022

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO | 26/09/2022 2º FEIRA | 27/09/2022 3º FEIRA | 28/09/2022 4º FEIRA | 29/09/2022 5º FEIRA | 30/09/2022 6º FEIRA |
|---------------------------------------|--|--|---|---|---|
| Almoço 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão Carne em cubos Cenoura e chuchu refogados | Arroz integral com brócolis Feijão Frango em cubos com legumes Purê de batata | Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de brócolis | Macarrão Molho com carne moída Salada de feijão branco com vinagrete | Risoto de frango em cubos com legumes Feijão Salada de alface com tomate Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) |
| Fruta | Maçã | Melão | Banana | Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão) | |
| Lanche 7 às 8h/ 15 às 16h | Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de melancia (sem açúcar) | Biscoito salgado Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar) | Pão de forma integral com requeijão caseiro Suco de laranja (sem açúcar) | Pão vegano Leite com café | Pão com manteiga Suco de uva integral |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 498,83 | 76,70 | 61,51% | 18,99 | 15,22% | 14,16 | 25,54% |

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