



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc (II) Integral  
CONSUMO: 02/10/2023 a 06/10/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	02/10/2023 2º FEIRA	03/10/2023 3º FEIRA	04/10/2023 4º FEIRA	05/10/2023 5º FEIRA	06/10/2023 6º FEIRA
<b>Café da Manhã</b>  07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	Pão de 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	Biscoito salgado Leite com abacate e banana (sem açúcar)
<b>Almoço</b>  10:00 - 11:00	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango Salada de abobrinha	Arroz Feijão Carne com cenoura Salada de pepino	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Carne com tomate Farofa de cenoura	Macarrão Molho com frango Salada de escarola
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Mamão	Abacaxi
<b>Lanche</b>  13:00 - 14:00	Ovos mexidos Suco de laranja com manga (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de melancia (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
<b>Jantar</b>  15:00 – 16:00	Risoto com carne, cenoura e tomate	Sopa com mix de legumes congelado feijão Frango	Arroz Feijão Carne com batata	Sopa com mix de legumes congelado lentilha Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.019,79	140,19	54,99%	44,29	17,37%	32,75	28,91%

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  
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