



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 11/09/2023 a 15/09/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	11/09/2023 2º FEIRA	12/09/2023 3º FEIRA	13/09/2023 4º FEIRA	14/09/2023 5º FEIRA	15/09/2023 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com café	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com maçã (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Leite com café
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de pepino	Arroz Feijão Frango com tomate Purê de batata	Arroz Feijão Carne moída com abóbora Salada de couve com tomate	Risoto com frango, legumes e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de chuchu
Fruta	Melão	Abacaxi	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Maçã
Lanche 13:00 - 14:00	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito polvilho Leite com café	Pão com requeijão caseiro Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de melão (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Carne moída com tomate	Sopa com mix de legumes congelado Carne moída	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	Sopa com mix de legumes congelado lentilha, Frango	Macarrão Molho com frango

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
984,10	135,52	55,08%	41,42	16,83%	31,68	28,97%

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