



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 18/09/2023 a 22/09/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	18/09/2023 2º FEIRA	19/09/2023 3º FEIRA	20/09/2023 4º FEIRA	21/09/2023 5º FEIRA	22/09/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão de forma integral com manteiga Leite com café	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga	Arroz Feijão Picadinho à moda escolar (com berinjela e tomate) Salada de chuchu	Arroz Feijão Estrogonofe com frango Salada de alface	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de repolho	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Salada de almeirão
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Melancia
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Pão caseiro com requeijão caseiro Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com café	Pão integral com manteiga Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de maracujá com manga (sem açúcar)
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate	Sopa com mix de legumes congelado Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate	Sopa com mix de legumes congelado Carne em cubos	Arroz Feijão Frango com tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
967,11	136,41	56,42%	40,51	16,76%	30,28	28,18%

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