



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 09/09/2024 a 13/09/2024 | | TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%) | | | PERÍODO: Integral |
|---|--|--|--|---|--|
| REFEIÇÃO | 09/09/2024 2º FEIRA | 10/09/2024 3º FEIRA | 11/09/2024 4º FEIRA | 12/09/2024 5º FEIRA | 13/09/2024 6º FEIRA |
| Café da manhã 07:00 - 08:00 | Pão com manteiga Leite com chocolate em pó | Pão integral com requeijão caseiro Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar) | Biscoito salgado Leite com chocolate em pó | Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Pão com manteiga Leite com chocolate em pó |
| Almoço 10:00 - 11:00 | Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de pepino | Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de acelga | Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface | Arroz Feijão Carne com mandioca Salada de tomate | Arroz Feijão preto Carne com cenoura Virado de couve (com farinha de milho) |
| Fruta | Maçã | Melancia | Banana | Pera | Abacaxi |
| Lanche 13:00 - 14:00 | Panqueca com geleia de morango Leite com chocolate em pó | Arroz doce com banana (sem açúcar) | Pão com falsa maionese Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar) | Pão vegano Leite com chocolate em pó | Pão forma integral com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melão (sem açúcar) |
| Jantar 15:00 - 16:00 | Arroz Feijão Carne com mandioquinha | Sopa com fubá, ervilha cenoura, brócolis e tomate Gema de ovo | Macarrão ao sugo (com molho de tomate caseiro) Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado | Sopa com batata, feijão abóbora, chuchu e espinafre Carne | Arroz Feijão Carne com batata |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 999,28 | 146,98 | 58,83% | 41,49 | 16,61% | 28,75 | 25,90% |

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