



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 30/09/2024 a 04/10/2024

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

PERÍODO: Integral

| REFEIÇÃO | 30/09/2024 2º FEIRA | 01/10/2024 3º FEIRA | 02/10/2024 4º FEIRA | 03/10/2024 5º FEIRA | 04/10/2024 6º FEIRA |
|---|---|--|---|--|--|
| Café da manhã 07:00 - 08:00 | Biscoito salgado Leite com chocolate em pó | Pão com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar) | Pão (forma integral) com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Pão com geleia de morango Leite com chocolate em pó | Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) |
| Almoço 10:00 - 11:00 | Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de cenoura | Arroz Feijão preto Carne moída com tomate Salada de abobrinha | Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) com molho nutritivo Salada de alface | Arroz Feijão Carne moída com tomate Purê de mandioquinha | Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de escarola |
| Fruta | Abacaxi | Maçã | Mamão | Banana | Melancia |
| Lanche 13:00 - 14:00 | Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Pão integral com falsa ricota Suco de caju com maçã (polpa congelada) | Pão vegano Suco de laranja com beterraba (sem açúcar) | Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó | Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco misto de goiaba e maçã |
| Jantar 15:00 - 16:00 | Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado | Sopa com macarrão, ervilha abóbora, beterraba e escarola Frango | Polenta Molho de tomate caseiro com carne moída | Sopa com mandioca lentilha, cenoura, brócolis e tomate 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) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.011,98 | 145,79 | 57,63% | 39,83 | 15,74% | 31,48 | 28,00% |

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