



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 1 CONSUMO: 17/10/2022 a 21/10/2022		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)			PERÍODO: Parcial
REFEIÇÃO	17/10/2022 2º FEIRA	18/10/2022 3º FEIRA	19/10/2022 4º FEIRA	20/10/2022 5º FEIRA	21/10/2022 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito de polvilho (sem glúten) Leite com banana e mamão (sem açúcar)	Mingau de aveia com banana (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro verde Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolo de laranja (com casca) e banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate e cenoura (com casca) Salada de chuchu com molho com semente de mamão	Arroz Feijão tropeiro com casca de melão Farofa rica Salada de couve com tomate	Arroz integral Feijão Estrogonofe de frango Batata rústica (com casca)	Macarrão Molho nutritivo de carne moída Salada de brócolis	Arroz Feijão Carne em cubos com cenoura, tomate e entrecasca de melancia Salada de beterraba
Fruta Fruta	Banana	Melão	Abacaxi	Melancia	Maçã

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
497,85	70,03	56,26%	20,18	16,21%	16,12	29,15%

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