



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2  
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
<b>Almoço</b> 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
<b>Fruta</b>	Banana	Melão	Abacaxi	Melancia	Maçã
<b>Lanche</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Suco de uva integral	Pão vegano Leite com chocolate em pó	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)	Biscoito de polvilho (sem glúten) Leite com chocolate em pó	Pão integral com falsa maionese Suco de melancia (sem açúcar)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
505,70	76,18	60,26%	17,51	13,85%	15,61	27,78%

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