



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc (II) Complementar 1  
CONSUMO: 16/10/2023 a 20/10/2023

TIPO DE ENSINO: Pré-escola  
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO                                   | 16/10/2023<br>2º FEIRA  | 17/10/2023<br>3º FEIRA  | 18/10/2023<br>4º FEIRA  | 19/10/2023<br>5º FEIRA                                    | 20/10/2023<br>6º FEIRA  |
|--|---|---|---|---|---|
| <b>Café da Manhã</b><br>7 às 8h/ 15 às 16h | Biscoito salgado<br>Leite com banana e maçã<br>(sem açúcar)             | Pão de forma integral com<br>manteiga<br>Leite com café             | Bolo caseiro de banana<br>Leite com chocolate em pó             | Pão caseiro com requeijão<br>caseiro<br>Leite com café    | Biscoito doce<br>Capuccino (leite com<br>chocolate em pó e café<br>solúvel) |
| <b>Almoço</b><br>10 às 12h/12 às 13h       | Arroz<br>Feijão<br>Carne com batata doce<br>Salada de pepino com tomate | Arroz<br>Feijão<br>Carne com berinjela e tomate<br>Salada de acelga | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com cenoura<br>Salada de alface | Arroz<br>Feijão<br>Frango com tomate<br>Salada de repolho | Macarrão<br>Molho com carne<br>Salada de almeirão com<br>tomate             |
| <b>Fruta</b>                               | Abacaxi   | Maçã  | Mamão   | Salada de frutas (banana,<br>laranja, maçã e mamão)       | Melancia  |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 564,12         | 79,82           | 56,60% | 23,44        | 16,62% | 17,64       | 28,14% |

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  
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