



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc (II) Integral | | TIPO DE ENSINO: Pré-escola | | | PERÍODO: Integral | |
|--|---|--|---|------------------------|------------------------|--|
| CONSUMO: 30/10/2023 a 03/11/2023 | | FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%) | | | | |
| REFEIÇÃO | 30/10/2023 2º FEIRA | 31/10/2023 3º FEIRA | 01/11/2023 4º FEIRA | 02/11/2023 5º FEIRA | 03/11/2023 6º FEIRA | |
| Café da Manhã 07:00 – 08:00 | Pão com manteiga Leite com chocolate em pó | Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café | Pão caseiro com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | | | |
| Almoço 10:00 - 11:00 | Arroz Grão de bico com frango, cenoura e tomate Salada de acelga | Arroz Feijão Estrogonofe com carne em cubos Salada de batata | Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface | | | |
| Fruta | Melão | Maçã | Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão) | | | |
| Lanche 13:00 - 14:00 | Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com café | Kibe vegano Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar) | Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de melancia (sem açúcar) | DIA NÃO LETIVO | | |
| Jantar 15:00 – 16:00 | Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate | Sopa com macarrão, lentilha mix de legumes congelados Frango | Arroz Carne em cubos ao molho | | | |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.035,37 | 139,86 | 54,03% | 41,63 | 16,08% | 35,56 | 30,91% |

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