



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 23/10/2023 a 27/10/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	23/10/2023 2º FEIRA	24/10/2023 3º FEIRA	25/10/2023 4º FEIRA	26/10/2023 5º FEIRA	27/10/2023 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com café
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Legumes sauté (cenoura e abobrinha)	Arroz Feijão Frango com cenoura e tomate Salada de escarola	Arroz Feijão Bife de paleta com tomate Virado de couve (com farinha de milho)	Pão Molho de tomate caseiro com carne Suco de melancia (sem açúcar) Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar)
<b>Fruta</b>	Maçã	Melancia	Banana	Abacaxi	
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Sopa com mix de legumes congelado Carne	Arroz Proteína de soja com tomate	Arroz Feijão Carne refogada	Risoto de frango com abóbora e tomate	Sopa com mix de legumes congelado lentilha, Carne

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
965,65	136,55	56,56%	40,63	16,83%	29,91	27,87%

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