



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc 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 com cenoura Carne em cubos ao molho			

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.036,08	140,02	54,06%	41,66	16,08%	35,57	30,90%

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