



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2 CONSUMO: 14/10/2024 a 18/10/2024		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)			PERÍODO: Parcial
REFEIÇÃO	14/10/2024 2º FEIRA	15/10/2024 3º FEIRA	16/10/2024 4º FEIRA	17/10/2024 5º FEIRA	18/10/2024 6º FEIRA
Almoço 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de pepino	Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Salada de alface	Arroz Feijão Carne moída refogada Purê de batata Salada de acelga	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Salada de tomate	Arroz Feijão preto Carne moída com tomate Virado de abobrinha (farinha de milho)
Fruta	Mamão	Banana	Maçã	Pera	Melão
Lanche 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão forma integral com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melão (sem açúcar)	Pão com falsa maionese Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Arroz doce com banana (sem açúcar)	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de melancia (sem açúcar)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
525,96	83,89	63,80%	21,27	16,17%	13,17	22,54%

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