



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2  
CONSUMO: 28/10/2024 a 01/11/2024

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

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO                              | 28/10/2024<br>2º FEIRA   | 29/10/2024<br>3º FEIRA   | 30/10/2024<br>4º FEIRA  | 31/10/2024<br>5º FEIRA   | 01/11/2024<br>6º FEIRA   |
|---------------------------------------|--|--|---|--|--|
| <b>Almoço</b><br>10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz integral<br>Feijão<br>Carne moída com<br>mandioquinha<br>Salada de beterraba | Arroz<br>Feijão preto<br>Bolinho misto de carne<br>(bovina e suína) ao<br>molho de tomate caseiro<br>Salada de cenoura | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com cenoura<br>e tomate<br>Salada de alface   | Arroz<br>Feijão<br>Escondidinho de batata<br>com peixe<br>Salada de almeirão com<br>tomate | Arroz<br>Feijão<br>Carne moída com abobrinha<br>Creme de milho           |
| <b>Fruta</b>                          | Melão  | Maçã   | Mamão   | Salada de frutas (banana,<br>laranja, maçã e mamão)  | Banana   |
| <b>Lanche</b><br>7 às 8h/ 15 às 16h   | Ovos mexidos<br>Suco de morango (polpa<br>congelada) com banana<br>(sem açúcar)    | Pão com manteiga<br>Leite com chocolate em pó  | Torta salgada caseira<br>Recheio de legumes (com<br>abobrinha e tomate)<br>Suco de maracujá com<br>manga (sem açúcar) | Pão integral com falsa<br>maionese<br>Suco de caju com maçã<br>(polpa congelada)           | Pão vegano<br>Capuccino (leite com<br>chocolate em pó e café<br>solúvel) |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lipídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 594,36         | 87,04           | 58,58% | 22,60        | 15,21% | 18,24       | 27,62% |

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