



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 07/10/2024 a 11/10/2024

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	07/10/2024 2º FEIRA	08/10/2024 3º FEIRA	09/10/2024 4º FEIRA	10/10/2024 5º FEIRA	11/10/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão (forma integral) com geleia de goiaba Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Peixe com batata e tomate Creme de espinafre	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de beterraba	Arroz Feijão Panqueca com carne (moída) ao molho de tomate caseiro Salada de alface Açaí com banana e leite em pó	Arroz Feijão preto Carne com berinjela Repolho refogado	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Batata com molho branco
Fruta	Abacaxi	Sorvete da alegria (com manga e banana)		Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Banana
Lanche 13:00 - 14:00	Pão vegano Leite com chocolate em pó	Pão integral com requeijão caseiro Suco de melancia (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de laranja (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) com geleia de morango Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado	Sopa com macarrão, lentilha, abóbora, beterraba e escarola Carne	Macarrão Molho de tomate caseiro com frango desfiado	Sopa com mandioca ervilha cenoura, brócolis e tomate Carne	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.108,02	163,38	58,98%	43,28	15,62%	33,34	27,08%

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