



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 14/10/2024 a 18/10/2024

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

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
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Vitamina de banana (com leite) (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolo de fubá com laranja e maçã (sem/ açúcar) com geleia de goiaba Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00	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 13:00 - 14:00	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)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Carne moída com mandioquinha	Sopa com fubá, ervilha cenoura, brócolis e tomate Carne	Macarrão ao sugo (com molho de tomate caseiro) Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado	Sopa com batata, lentilha, abóbora, abobrinha e espinafre Gema de ovo	Arroz Feijão Carne moída com batata

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
971,64	140,03	41,71	28,88
	57,65%	17,17%	26,75%

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 hortifrútu
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