



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 21/10/2024 a 25/10/2024

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	21/10/2024 2º FEIRA	22/10/2024 3º FEIRA	23/10/2024 4º FEIRA	24/10/2024 5º FEIRA	25/10/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão integral com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Vitamina de abacate com banana (com leite) (sem açúcar)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Carne com mandioca Salada de chuchu	Arroz Feijão preto Feijoadinha (feijão preto com carne em cubos) Salada de repolho	Arroz Panqueca de carne com molho branco Salada de grão de bico com vinagrete	Pão Molho de tomate caseiro com carne moída Suco de maçã Bolo caseiro de cenoura com cobertura de chocolate
Fruta	Maçã	Melancia	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Banana	
Lanche 13:00 - 14:00	Pão vegano Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Jantar 15:00 - 16:00	Sopa com batata doce, ervilha cenoura, chuchu e couve Carne	Polenta Molho de tomate caseiro com carne moída	Arroz Feijão Peixe com batata e tomate	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro	Sopa com mandioca lentilha, abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.027,39	148,40	57,78%	41,56	16,18%	31,23	27,35%

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