



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	28/10/2024 2º FEIRA	29/10/2024 3º FEIRA	30/10/2024 4º FEIRA	31/10/2024 5º FEIRA	01/11/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Vitamina de banana e mamão (com leite) (sem açúcar)	Pão (forma integral) com geleia de morango Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz integral Feijão Carne moída com mandioquinha Salada de beterraba	Arroz Feijão preto Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Escondidinho de batata com peixe Salada de almeirão com tomate	Arroz Feijão Carne moída com abobrinha Creme de milho
Fruta	Melão	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Banana
Lanche 13:00 - 14:00	Ovos mexidos Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de maracujá com manga (sem açúcar)	Pão integral com falsa maionese Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Pão vegano Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Carne moída com batata doce	Sopa com arroz, ervilha abóbora, chuchu e escarola Frango	Arroz Feijão preto Carne moída com tomate	Sopa com cará lentilha, cenoura, chuchu e couve Carne	Arroz com cenoura Feijão Ovos mexidos

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.051,16	147,00	55,94%	43,84	16,68%	33,20	28,42%

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