



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 1 CONSUMO: 28/11/2022 a 02/12/2022		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)		PERÍODO: Parcial	
REFEIÇÃO	28/11/2022 2º FEIRA	29/11/2022 3º FEIRA	30/11/2022 4º FEIRA	01/12/2022 5º FEIRA	02/12/2022 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com café	Mingau de aveia com banana (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com banana e maçã (sem açúcar)	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga	Arroz com cenoura Feijão Frango em cubos com legumes Virado de couve	Arroz Feijão Carne moída com mandioquinha Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz primavera Feijão Estrogonofe com carne em cubos Batata rústica (com casca) Salada especial (alface, manga e tomate)	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de abobrinha
Fruta Fruta	Melancia	Maçã	Banana	Salada de frutas (abacaxi, kiwi, laranja e pêssego)	Pera

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
516,85	77,51	59,99%	21,66	16,76%	14,54	25,31%

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