



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2
CONSUMO: 21/11/2022 a 25/11/2022

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	21/11/2022 2º FEIRA	22/11/2022 3º FEIRA	23/11/2022 4º FEIRA	24/11/2022 5º FEIRA	25/11/2022 6º FEIRA
Almoço 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de cenoura	Arroz com cenoura Feijão Carne moída refogada Mandioca sauté	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de alface	Macarrão Molho com carne moída Salada de repolho	Risoto de carne em cubos com legumes e tomate Feijão Abóbora refogada Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar)
Fruta	Abacaxi	Pera	Maçã	Banana	
Lanche 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Suco de uva integral	Pão vegano Leite com chocolate em pó	Torta salgada (sem glúten) Recheio de abobrinha e cenoura Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)	Biscoito de polvilho (sem glúten) Leite com chocolate em pó	Pão integral com falsa maionese Suco de melancia (sem açúcar)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
493,85	77,42	62,71%	16,21	13,13%	14,41	26,27%

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