



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 14/11/2022 a 18/11/2022		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	14/11/2022 2º FEIRA	15/11/2022 3º FEIRA	16/11/2022 4º FEIRA	17/11/2022 5º FEIRA	18/11/2022 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00			Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com café	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
Almoço 10:00 - 11:00			Arroz Feijão Carne moída com mandioquinha Virado de abobrinha (farinha de milho)	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de soja em grão com vinagrete	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de chuchu
Fruta			Maçã	Melancia	Melão
Lanche 13:00 - 14:00			Pão vegano Suco de uva integral	Torta salgada (sem glúten) Recheio de abobrinha, milho e tomate Suco individual	Bolo caseiro (integral) de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó
Jantar 15:00 - 16:00			Arroz Carne moída ao molho	Sopa com batata, ervilha abóbora, chuchu e couve Carne em cubos	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate

DIA NÃO LETIVO

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
914,64	124,27	54,35%	35,96	15,72%	30,75	30,25%

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