



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 05/12/2022 a 09/12/2022		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	05/12/2022 2º FEIRA	06/12/2022 3º FEIRA	07/12/2022 4º FEIRA	08/12/2022 5º FEIRA	09/12/2022 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com polpa de morango e banana (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com café	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó		Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de beterraba	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Abóbora refogada	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de soja em grão com vinagrete		Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de alface
<b>Fruta</b>	Melancia	Mamão	Melão		Melancia
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Bolo caseiro (integral) de maçã com banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Torta salgada caseira (integral) Recheio de abobrinha, milho e tomate Suco de uva integral	Pão vegano Suco de laranja com manga (sem açúcar)		Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Risoto de frango com legumes Feijão	Sopa com arroz, abóbora, abobrinha e couve Carne moída	Arroz Lentilha Ovos mexidos com tomate		Macarrão Molho com carne moída

DIA NÃO LETIVO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (70%)					
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)
954,31	117,24	49,14%	35,01	14,67%	38,84 36,63%

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