



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc (II) Integral  
CONSUMO: 20/11/2023 a 24/11/2023

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

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	20/11/2023 2º FEIRA	21/11/2023 3º FEIRA	22/11/2023 4º FEIRA	23/11/2023 5º FEIRA	24/11/2023 6º FEIRA
<b>Café da Manhã</b>  07:00 – 08:00		Pão de forma integral com falsa ricota Leite com café	Pão caseiro com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com falsa ricota Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Pão integral com falsa ricota Leite com café
<b>Almoço</b>  10:00 - 11:00		Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Legumes sauté (cenoura, abobrinha e vagem)	Arroz Feijão Frango com cenoura e tomate Salada de escarola	Arroz Feijão Carne com tomate Couve refogada	Pão Molho com frango Suco de melancia (sem açúcar) Bolo caseiro de chocolate com cobertura de chocolate
<b>Fruta</b>		Melancia	Abacaxi	Banana	
<b>Lanche</b>  13:00 - 14:00		Ovos mexidos Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão integral com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
<b>Jantar</b>  15:00 – 16:00		Risoto de frango com abóbora e tomate	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos	Macarrão Molho nutritivo com carne	Sopa com cará lentilha abóbora, chuchu e escarola Carne

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.005,41	141,30	56,22%	44,12	17,55%	30,84	27,61%

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  
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