



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 13/11/2023 a 17/11/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral	
REFEIÇÃO	13/11/2023 2º FEIRA	14/11/2023 3º FEIRA	15/11/2023 4º FEIRA	16/11/2023 5º FEIRA	17/11/2023 6º FEIRA	
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Leite com café	Pão integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó		Biscoito salgado Vitamina de banana, cenoura e beterraba	Pão com requeijão caseiro Leite com café	
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de beterraba	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de cenoura		Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão Salada de alface	Arroz Feijão Carne com abóbora Salada de chuchu	
<b>Fruta</b>	Maçã	Melancia		Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Abacaxi	
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha e cenoura Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão de batata com manteiga Leite com café		Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Risoto de carne moída com cenoura e tomate	Sopa com macarrão, abóbora beterraba e escarola Carne		Arroz Feijão Carne com tomate	Sopa com batata, ervilha cenoura, chuchu e couve Frango	

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.067,18	149,64	56,09%	43,03	16,13%	34,40	29,01%

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