



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc 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
Café da manhã 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
Almoço 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 maçã com banana (sem açúcar)
Fruta		Melancia	Abacaxi	Banana	
Lanche 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
Jantar 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)		Lípideo (g)	
998,19	140,23	56,19%	44,08	17,66%	30,62	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
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