



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



| TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 1 CONSUMO: 02/12/2024 a 06/12/2024 | | TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%) | | | PERÍODO: Parcial |
|---|--|--|--|---|---|
| REFEIÇÃO | 02/12/2024 2º FEIRA | 03/12/2024 3º FEIRA | 04/12/2024 4º FEIRA | 05/12/2024 5º FEIRA | 06/12/2024 6º FEIRA |
| Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h | Pão com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite) (sem açúcar) | Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó | Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Pão integral com falsa ricota Leite com chocolate em pó | Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura | Arroz Feijão Peixe com batata, pimentão, tomate e ovos Salada de repolho | Arroz Feijão Frango assado com batata ao molho de laranja Salada primavera (alface, acelga, cenoura ralada e tomate) | Arroz Feijão Carne em cubos ao molho escuro Farofa rica (ovos, cenoura, tomate e cheiro verde) Salada cremosa de legumes (falsa maionese, batata, cenoura e vagem) | Macarrão Molho à bolonhesa (com carne moída) Salada de escarola |
| Fruta Fruta | Melancia | Maçã | Mesa de frutas (abacaxi, melancia, manga, pêssego e kiwi) | Abacaxi | Smoothie de morango com banana |

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (30%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 567,37 | 84,83 | 59,81% | 22,12 | 15,60% | 16,77 | 26,59% |

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