



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Semi Integral PERÍODO: 06/01/2020 a 10/01/2020		CARDÁPIO SEMANAL				TIPO DE ENSINO: Educação Infantil Integral FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos (70%)	
REFEIÇÃO	06/01/2020 2º FEIRA	07/01/2020 3º FEIRA	08/01/2020 4º FEIRA	09/01/2020 5º FEIRA	10/01/2020 6º FEIRA		
CAFÉ DA MANHÃ 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com café	Biscoito maisena Leite com chocolate em pó	Pão com creme vegetal Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo de fubá com laranja Leite com maçã (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó		
ALMOÇO 10:00 ? 11:00	Arroz Feijão carioca Atum ao vinagrete Salada de couve-flor Maçã	Arroz Feijão carioca Peixe com tomate e pimentão Purê de mandioquinha	Arroz Feijão carioca Lombo suíno com abóbora Banana	Macarrão Molho com carne moída Salada de chuchu	Arroz Feijão preto Carne em cubos com mandioca Farofa de couve Mamão		
LANCHE 13:00 ? 14:00	Pão de queijo Suco individual	Biscoito salgado Leite com café	Torta salgada Recheio de frango (desfiado) com tomate Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Biscoito maisena Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo de cenoura Leite com chocolate em pó		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 a 5 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
995,37	142,06	8,83	35,76	32,97	219,02	138,09	473,91	128,78	3,31	3,71

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 nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas