



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 26/12/2022 a 30/12/2022		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	26/12/2022 2º FEIRA	27/12/2022 3º FEIRA	28/12/2022 4º FEIRA	29/12/2022 5º FEIRA	30/12/2022 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com café	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com café
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Feijão Salada de cenoura	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes	Arroz Feijão Carne moída com tomate	Macarrão Molho com carne moída Salada de abobrinha
<b>Fruta</b>	Melancia	Melão	Maçã	Banana	Abacaxi
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha, milho e tomate Suco de uva integral	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de uva integral
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Feijão	Sopa com batata, feijão, cenoura, abobrinha e escarola Gema de ovo	Macarrão Molho com carne moída	Sopa com arroz, feijão, abóbora beterraba e escarola Carne moída	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
863,23	113,75	52,71%	35,15	16,29%	30,47	31,77%

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