



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc (II) Integral CONSUMO: 11/12/2023 a 15/12/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	11/12/2023 2º FEIRA	12/12/2023 3º FEIRA	13/12/2023 4º FEIRA	14/12/2023 5º FEIRA	15/12/2023 6º FEIRA
Café da Manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite com café	Pão integral com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão caseiro com falsa ricota Leite com maçã (sem açúcar)	Pão com falsa ricota Leite com café
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de cenoura	Arroz Feijão Coxinha da asa assada Salada de beterraba	Arroz Feijão Carne em iscas com berinjela e tomate Salada de repolho	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Salada de alface	Arroz Feijão Carne em iscas Abóbora refogada
Fruta	Maçã	Melão	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Abacaxi
Lanche 13:00 - 14:00	Torta salgada caseira Recheio com legumes Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão de batata com falsa ricota Leite com café	Pão com falsa maionese Suco de laranja (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão vegano Leite com chocolate em pó
Jantar 15:00 – 16:00	Macarrão Molho com carne em iscas	Sopa com batata doce, abóbora, chuchu e couve Carne	Risoto de frango com cenoura e tomate	Sopa com batata, ervilha, cenoura, abobrinha e escarola Frango	Arroz Feijão tropeiro com carne iscas

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.046,95	146,56	56,00%	44,46	16,99%	32,52	27,95%

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 hortifrutí
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