



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc (II) Integral CONSUMO: 18/12/2023 a 22/12/2023		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	18/12/2023 2º FEIRA	19/12/2023 3º FEIRA	20/12/2023 4º FEIRA	21/12/2023 5º FEIRA	22/12/2023 6º FEIRA
Café da Manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com falsa ricota Leite com café	Pão com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com falsa ricota Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Biscoito salgado Leite com café
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Abobrinha refogada	Macarrão Molho com carne Salada de escarola	Arroz Estrogonofe com carne Batata refogada	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão Salada de beterraba
Fruta	Maçã	Melancia	Abacaxi	Banana	Mamão
Lanche 13:00 - 14:00	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com café	Biscoito salgado Leite com banana e mamão (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de laranja com mamão (sem açúcar)	Pão com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de cenoura Leite com chocolate em pó
Jantar 15:00 – 16:00	Inhame ervilha cenoura, chuchu e escarola Carne	Risoto de frango com abóbora e tomate	Arroz Feijão tropeiro com carne	Macarrão Molho com frango	Sopa com arroz, lentilha abóbora, abobrinha e couve Carne

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
985,87	137,26	55,69%	42,10	17,08%	31,27	28,54%

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 nº06, de 08 de maio de 2020.

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