



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 01/01/2024 a 05/01/2024

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	01/01/2024 2º FEIRA	02/01/2024 3º FEIRA	03/01/2024 4º FEIRA	04/01/2024 5º FEIRA	05/01/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00		Biscoito salgado Leite com café	Pão caseiro com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite com café
Almoço 10:00 - 11:00		Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de beterraba	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Purê de mandioquinha	Arroz Feijão tropeiro com carne Escarola refogada	Macarrão Molho com frango Salada de alface
Fruta		Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Melancia
Lanche 13:00 - 14:00		Ovos mexidos Suco de melancia (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão vegano Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Torta salgada caseira Recheio de frango (desfiado) com tomate Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00		Sopa com arroz, feijão cenoura, chuchu e escarola Frango	Risoto de carne moída com cenoura e tomate	Sopa com batata, lentilha, cenoura, abobrinha e couve Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
989,88	136,91	55,33%	41,02	16,58%	31,86	28,97%

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