



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral
CONSUMO: 09/12/2024 a 13/12/2024

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	09/12/2024 2º FEIRA	10/12/2024 3º FEIRA	11/12/2024 4º FEIRA	12/12/2024 5º FEIRA	13/12/2024 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Vitamina de polpa de morango e banana (com leite) (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja e banana (sem açúcar) Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Frango com tomate Creme de espinafre	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de brócolis	Arroz Feijão Carne moída com berinjela Salada de acelga	Arroz Feijão preto Carne em cubos com mandioca Repolho refogado	Arroz Feijão Estrogonofe com carne Batata sauté
Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Melão
Lanche 13:00 - 14:00	Pão de polvilho Leite com chocolate em pó	Pão integral com requeijão caseiro Suco de melancia (sem açúcar)	Ovos mexidos Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)	Pão caseiro com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Suco de morango (polpa congelada) com banana (sem açúcar)
Jantar 15:00 - 16:00	Arroz Feijão Carne em cubos com abóbora	Sopa com macarrão, lentilha, abóbora, beterraba e escarola Carne	Macarrão Molho com frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	Sopa com mandioca ervilha cenoura, brócolis e tomate Carne em cubos

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.023,00	143,55	56,13%	41,51	16,23%	32,88	28,93%

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