



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 2
CONSUMO: 30/08/2021 a 03/09/2021

TIPO DE ENSINO: Pré-escola
FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	30/08/2021 2º FEIRA	31/08/2021 3º FEIRA	01/09/2021 4º FEIRA	02/09/2021 5º FEIRA	03/09/2021 6º FEIRA
Almoço 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Peixe com batata e tomate Escarola refogada	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de cenoura	Arroz Feijão Coxinha da asa assada Salada de couve	Arroz Feijão Peixe com tomate Jardineira de legumes (com batata, cenoura e brócolis)	Arroz com cenoura Feijão Carne em cubos com mandioca
Fruta	Melancia	Maçã	Mamão	Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)
Lanche 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Pão integral com falsa ricota Suco de uva	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Torta salgada (sem glúten) Recheio de frango (desfiado) com tomate Suco de abacaxi, laranja e maçã (sem açúcar)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4-5 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
481,88	73,27	60,82%	22,00	18,26%	11,79	22,02%

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