



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 09/08/2021 a 13/08/2021		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	09/08/2021 2º FEIRA	10/08/2021 3º FEIRA	11/08/2021 4º FEIRA	12/08/2021 5º FEIRA	13/08/2021 6º FEIRA
Café da manhã 07:00 - 08:00	Biscoito salgado Leite com café	Pão com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro simples Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com requeijão caseiro Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Bolo caseiro de banana Leite com café
Almoço 10:00 - 11:00	Arroz Feijão Omelete de Forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de chuchu	Arroz com brócolis Feijão Atum ao vinagrete Salada de beterraba	Arroz Lentilha Carne em cubos com mandioca Salada de repolho com tomate	Arroz Tutu de feijão Lombo suíno ao molho escuro Couve refogada	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de alface
Fruta	Maçã	Pera	Melão	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)
Lanche 13:00 - 14:00	Pão com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro simples Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
756,39	108,87	57,57%	28,30	14,97%	23,75	28,26%

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