



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Complementar 1 CONSUMO: 13/09/2021 a 17/09/2021		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (30%)			PERÍODO: Parcial
REFEIÇÃO	13/09/2021 2º FEIRA	14/09/2021 3º FEIRA	15/09/2021 4º FEIRA	16/09/2021 5º FEIRA	17/09/2021 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Mingau de aveia com banana (sem açúcar)	Bolo caseiro de maçã Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com falsa ricota Leite com abacate e banana (sem açúcar)	Bolo caseiro de laranja Leite com café
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Purê de batata	Arroz Feijão Proteína de soja com mandioca e tomate Salada de escarola	Macarrão ao alho e óleo Coxinha da asa assada Salada de alface com tomate	Risoto de frango moído com cenoura e tomate Feijão Salada de pepino
<b>Fruta</b> <b>Fruta</b>	Melancia	Maçã	Banana	Melão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
483,45	69,91	57,85%	20,22	16,73%	14,33	26,69%

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