



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EI Pré-Esc Integral CONSUMO: 27/09/2021 a 01/10/2021		TIPO DE ENSINO: Pré-escola FAIXA ETÁRIA: 4-5 anos (70%)			PERÍODO: Integral
REFEIÇÃO	27/09/2021 2º FEIRA	28/09/2021 3º FEIRA	29/09/2021 4º FEIRA	30/09/2021 5º FEIRA	01/10/2021 6º FEIRA
<b>Café da manhã</b> 07:00 - 08:00	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão caseiro com requeijão caseiro Leite com café	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Leite com maçã	Bolo caseiro de fubá com laranja Leite com chocolate em pó
<b>Almoço</b> 10:00 - 11:00	Arroz Feijão carioca Carne em cubos com mandioquinha Salada de acelga	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de abobrinha	Nhoque de soja ao sugo Brócolis refogado	Arroz Feijão Omelete de Forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de almeirão	Arroz Feijão Molho com frango moído Salada de pepino com tomate
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Melancia	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Banana	Maçã
<b>Lanche</b> 13:00 - 14:00	Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com falsa maionese Suco de laranja com beterraba (sem açúcar)	Torta salgada (sem glúten) Recheio de abobrinha e cenoura Suco de uva	Pão com falsa ricota Leite com café
<b>Jantar</b> 15:00 - 16:00	Macarrão Molho com carne em cubos	Sopa de arroz, lentilha, abóbora, tomate e brócolis Frango	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate	Sopa com batata, abóbora, chuchu e espinafre Carne	Risoto de frango com cenoura e tomate Feijão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
887,51	129,73	58,47%	35,02	15,78%	26,48	26,85%

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