



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2
CONSUMO: 03/02/2025 a 07/02/2025

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , EJA
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 19-30 anos (30%), 31-60 a anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	03/02/2025 2º FEIRA	04/02/2025 3º FEIRA	05/02/2025 4º FEIRA	06/02/2025 5º FEIRA	07/02/2025 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Frango Creme de milho Salada de cenoura	Arroz Feijão Paleta com tomate Abobrinha gratinada (com molho branco) Salada de tomate	Arroz integral Feijão Músculo ao molho Polenta Salada de alface	Arroz Feijão Paleta Purê de mandioquinha	Macarrão Molho com carne em cubos Salada de escarola
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolo caseiro de laranja Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Ovos mexidos Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Pão de polvilho Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Torta salgada caseira com recheio de abobrinha e tomate Suco de melão
Fruta	Abacaxi	Maçã	Mamão	Banana	Melancia

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
877,57	124,27	56,64%	35,10	16,00%	28,02	28,74%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.113,85	157,38	56,52%	45,13	16,21%	34,95	28,24%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.113,85	157,38	56,52%	45,13	16,21%	34,95	28,24%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.113,85	157,38	56,52%	45,13	16,21%	34,95	28,24%

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
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