



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 21/02/2022 a 25/02/2022		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)				
REFEIÇÃO	21/02/2022 2º FEIRA	22/02/2022 3º FEIRA	23/02/2022 4º FEIRA	24/02/2022 5º FEIRA	25/02/2022 6º FEIRA	
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com maçã	Pão integral com manteiga Leite com café	Bolinho individual integral Leite com banana	Pão integral com requeijão caseiro Leite com café	Mamão Leite com café	
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz integral com brócolis Feijão Ovos mexidos com tomate Batata doce	Arroz Feijão Bolinhos de carne ao molho Batata sauté	Arroz Feijão Carne em cubos com mandioquinha Farofa de cenoura	Macarrão ao alho e óleo Peito de frango em cubos com tomate Salada de alface	Risoto de carne moída com cenoura e tomate Feijão Salada de pepino	
Fruta	Abacaxi		Banana	Abacaxi	Melancia	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
785,03	118,19	60,22%	32,01	16,31%	21,73	24,91%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
902,83	130,14	57,66%	36,76	16,29%	27,36	27,27%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
918,21	130,14	56,69%	36,76	16,01%	29,10	28,52%

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