



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 27/02/2023 a 03/03/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO | 27/02/2023 2º FEIRA | 28/02/2023 3º FEIRA | 01/03/2023 4º FEIRA | 02/03/2023 5º FEIRA | 03/03/2023 6º FEIRA |
|---|--|---|---|--|--|
| Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h | Biscoito salgado Leite com chocolate em pó | Bolinho individual Leite com chocolate em pó | Biscoito salgado Leite com chocolate em pó | Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó | Pão com requeijão caseiro Leite com banana |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga | Arroz Feijão Carne em cubos Couve refogada | Arroz Feijão Filé mignon suíno Salada de pepino com tomate | Arroz Feijão Carne em cubos com batata Salada de alface | Risoto de proteína de soja com cenoura e tomate Feijão Salada de abobrinha |
| Fruta | Abacaxi | Maçã | Banana | Mamão | Pera |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 813,32 | 125,17 | 61,56% | 33,44 | 16,44% | 20,99 | 23,22% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.033,38 | 158,95 | 61,53% | 43,50 | 16,84% | 25,83 | 22,50% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.121,01 | 172,45 | 61,53% | 47,51 | 16,95% | 27,73 | 22,27% |

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