



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
CONSUMO: 20/02/2023 a 24/02/2023

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	20/02/2023 2º FEIRA	21/02/2023 3º FEIRA	22/02/2023 4º FEIRA	23/02/2023 5º FEIRA	24/02/2023 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h				Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Salada de beterraba	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de repolho
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h				Ovos mexidos Suco de uva integral	Canjica
Fruta				Melancia	Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
711,88	111,59	62,70%	30,61	17,20%	16,61	21,00%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
908,35	139,11	61,26%	41,51	18,28%	21,12	20,93%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.000,84	150,13	60,00%	47,50	18,99%	23,70	21,31%

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 hortifrútu
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