



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 13/02/2023 a 17/02/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	13/02/2023 2º FEIRA	14/02/2023 3º FEIRA	15/02/2023 4º FEIRA	16/02/2023 5º FEIRA	17/02/2023 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Bolinho individual Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Flocos de milho com leite	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Couve refogada	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de repolho	Arroz Feijão Carne moída refogada Batata sauté	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de chuchu
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Pão com manteiga Suco de uva integral	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Canjica	Bolinho individual integral Suco de morango (polpa congelada)	Pão com falsa maionese Suco de uva integral
<b>Fruta</b>	Melancia	Abacaxi	Maçã	Mamão	Banana

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.364,63	221,75	65,00%	46,70	13,69%	33,39	22,02%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.604,99	257,97	64,29%	57,96	14,45%	38,79	21,75%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.511,68	233,03	61,66%	56,66	14,99%	40,74	24,26%

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