



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2
CONSUMO: 13/02/2023 a 17/02/2023

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

PERÍODO: Parcial

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
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Couve refogada	Arroz Feijão Empanadinho de frango Creme de milho	Arroz Feijão Carne moída refogada Purê de batata	Macarrão ao alho e óleo Empanadinho de frango Salada de cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de chuchu
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Leite com banana	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Torta salgada (sem glúten) Recheio de abobrinha com cenoura Suco de uva integral	Bolo caseiro de banana Leite com chocolate em pó
Fruta	Melancia	Abacaxi	Maçã	Banana	Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
930,37	128,30	55,16%	42,20	18,14%	28,51	27,58%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.182,90	161,28	54,54%	56,71	19,18%	35,15	26,74%

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