



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2  
CONSUMO: 27/02/2023 a 03/03/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 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
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga	Arroz Feijão Empanadinho de frango Creme de milho	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
<b>Lanche 2</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com cenoura Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Canjica	Pão com falsa maionese Suco de uva integral
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Maçã	Banana	Mamão	Pera

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
813,51	123,38	60,67%	34,20	16,82%	21,58	23,88%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.045,13	157,34	60,22%	46,03	17,62%	26,80	23,08%

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