



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral
CONSUMO: 20/02/2023 a 24/02/2023

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

PERÍODO: Integral

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
Lanche 1 7 às 8h				Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de chocolate Leite com chocolate em pó
Colação 9 às 10h				Melão	Melancia
Refeição 12h às 13h	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO	Arroz Feijão Empanadinho de frango Salada de beterraba	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de repolho
Lanche 2 15h às 16h				Ovos mexidos Suco de uva integral	Canjica
Fruta				Melancia	Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.107,55	163,15	58,92%	46,74	16,88%	31,62	25,70%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.341,22	194,62	58,04%	60,61	18,08%	37,25	24,99%

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