



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio				PERÍODO: Parcial
CONSUMO: 19/02/2024 a 23/02/2024		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)				
REFEIÇÃO	19/02/2024 2º FEIRA	20/02/2024 3º FEIRA	21/02/2024 4º FEIRA	22/02/2024 5º FEIRA	23/02/2024 6º FEIRA	
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Flocos de milho com leite	Pão com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com falsa ricota Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de tomate	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Legumes refogados (cenoura, abobrinha e vagem)	Arroz Feijão Coxa de frango com tomate Creme de milho	Arroz Bife de paleta com tomate Salada de grão de bico com vinagre	Nhoque de soja Molho à bolonhesa (com carne moída) Salada de escarola com cenoura	
Fruta	Maçã	Melancia	Melão	Banana	Mamão	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
875,70	126,02	57,56%	37,44	17,10%	26,08	26,80%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.047,88	152,47	58,20%	44,73	17,07%	30,22	25,95%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.116,88	163,06	58,40%	47,65	17,06%	31,89	25,70%

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