



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 26/02/2024 a 01/03/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	26/02/2024 2º FEIRA	27/02/2024 3º FEIRA	28/02/2024 4º FEIRA	29/02/2024 5º FEIRA	01/03/2024 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Vitamina de banana e maçã (com leite)	Pão de forma integral com falsa ricota Leite com café	Bolinho individual Leite com chocolate em pó	Pão com falsa ricota Leite com café	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Carne em iscas com batata doce Salada de pepino com tomate	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de acelga	Arroz Feijão Coxa de frango com tomate Salada de repolho	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Macarrão Molho à bolonhesa (com carne moída) Salada de almeirão com tomate
Fruta	Abacaxi	Goiaba	Banana	Mamão	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
867,09	124,28	57,33%	38,58	17,80%	25,10	26,06%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.080,22	156,62	58,00%	48,19	17,84%	30,10	25,08%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.165,52	169,55	58,19%	52,03	17,86%	32,11	24,80%

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