



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
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 |
|---|--|--|---|--|--|
| 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 |
| Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h | Pão com falsa ricota Leite com café | Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Flocos de milho com leite | Bolinho individual Leite com chocolate em pó | Pão de forma integral com falsa maionese Suco de melão |
| Fruta | Abacaxi | Goiaba | Banana | Mamão | Melancia |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 838,96 | 124,47 | 59,34% | 36,58 | 17,44% | 22,93 | 24,59% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.048,40 | 156,38 | 59,67% | 45,82 | 17,48% | 27,87 | 23,93% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.132,17 | 169,14 | 59,76% | 49,52 | 17,50% | 29,85 | 23,73% |

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