



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

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

PERÍODO: Parcial

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

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípido (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 841,08         | 124,43          | 59,18% | 37,53        | 17,85% | 22,71      | 24,30% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípido (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.054,20       | 156,77          | 59,48% | 47,15        | 17,89% | 27,71      | 23,66% |

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