



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1
CONSUMO: 24/02/2025 a 28/02/2025

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , EJA
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 19-30 anos (30%), 31-60 a
anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	24/02/2025 2º FEIRA	25/02/2025 3º FEIRA	26/02/2025 4º FEIRA	27/02/2025 5º FEIRA	28/02/2025 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Vitamina de maçã (com leite)	Bolo caseiro simples Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com manteiga Vitamina de abacate (com leite)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão caseiro com manteiga Vitamina de banana e mamão (com leite)
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de pepino	Arroz Feijão Quibinho Purê de batata Salada de cenoura	Arroz Feijão Carne de panela (carne em cubos com tomate) Couve refogada Salada vinagrete	Arroz Grão de bico Frango com cenoura Chuchu refogado Salada de alface	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de almeirão
Fruta	Maçã	Melancia	Abacaxi	Goiaba	Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
779,31	113,95	58,49%	28,19	14,47%	25,11	29,00%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
977,28	145,48	59,54%	36,01	14,74%	29,65	27,31%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
970,26	144,72	59,66%	35,83	14,77%	29,28	27,16%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
970,26	144,72	59,66%	35,83	14,77%	29,28	27,16%

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