



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2  
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
<b>Refeição</b> 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
<b>Lanche 2</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Canjica	Pão de polvilho Suco de laranja	Torta salgada caseira com recheio de abobrinha e tomate Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Pão com manteiga Suco de abacaxi	Bolo caseiro de chocolate com cobertura de chocolate Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
<b>Fruta</b>	Maçã	Melancia	Abacaxi	Goiaba	Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
828,43	133,04	64,24%	25,91	12,51%	22,99	24,98%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.037,08	166,09	64,06%	32,75	12,63%	28,39	24,63%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.030,06	165,33	64,20%	32,57	12,65%	28,01	24,47%

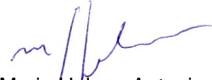
### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.030,06	165,33	64,20%	32,57	12,65%	28,01	24,47%

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