



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral  
CONSUMO: 17/02/2025 a 21/02/2025

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	17/02/2025 2º FEIRA	18/02/2025 3º FEIRA	19/02/2025 4º FEIRA	20/02/2025 5º FEIRA	21/02/2025 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b>  7 às 8h	Biscoito polvilho Leite com maracujá	Pão integral com requeijão caseiro Vitamina de banana (com leite)	Flocos de milho com suplemento alimentar de leite e cacau (pó)	Pão com manteiga Vitamina de maçã (com leite)	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
<b>Colação</b> 9 às 10h	Abacaxi	Pera	Banana	Goiaba	Mamão
<b>Refeição</b>  12h às 13h	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Chuchu refogado Salada de beterraba	Arroz integral Feijão Peixe ao molho Brócolis refogado Salada de pepino	Arroz Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Salada de acelga	Arroz Feijão Paleta Mix de legumes (jardineira) refogado Salada de tomate	Nhoque Molho com músculo Salada de alface
<b>Lanche 2</b>  15h às 16h	Pão com falsa maionese Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Ovos mexidos Suco de abacaxi	Bolo almofadas francesas (com amido de milho) Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Milho na manteiga Suco de melancia	Pão com falsa ricota Suco de melão
<b>Fruta</b>	Maçã	Melancia	Mamão	Banana	Pera

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.170,32	194,60	66,51%	42,33	14,47%	28,53	21,94%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.548,58	257,84	66,60%	56,42	14,57%	37,30	21,68%

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