



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1
CONSUMO: 10/02/2025 a 14/02/2025

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	10/02/2025 2º FEIRA	11/02/2025 3º FEIRA	12/02/2025 4º FEIRA	13/02/2025 5º FEIRA	14/02/2025 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão integral com requeijão caseiro Vitamina de polpa (congelada) de morango (com leite)	Bolinho individual Vitamina de banana (com leite)	Bolo caseiro de cenoura Vitamina de maçã (com leite)	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Músculo com tomate Abobrinha gratinada (com molho branco)	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de cenoura	Arroz Feijão Paleta Berinjela refogada Salada de acelga	Arroz Feijão Músculo Repolho refogado	Arroz Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté Salada de tomate
Fruta	Abacaxi	Maçã	Goiaba	Mamão	Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
833,60	118,77	56,99%	34,42	16,51%	25,54	27,57%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.087,20	155,57	57,24%	45,86	16,87%	32,08	26,56%

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

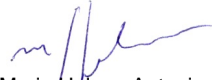
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.066,74	151,88	56,95%	45,42	17,03%	31,64	26,69%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.066,74	151,88	56,95%	45,42	17,03%	31,64	26,69%

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