



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 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
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolinho individual integral Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Pão com falsa ricota Vitamina de polpa (congelada) de morango e banana (com leite)	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Músculo com tomate Abobrinha ao molho branco	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de cenoura	Arroz Feijão Paleta Berinjela refogada Salada de acelga	Arroz Feijão Músculo Repolho refogado Salada de tomate	Arroz Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté
<b>Fruta</b>	Abacaxi		Goiaba		Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
799,23	114,21	57,16%	34,86	17,45%	23,32	26,26%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.059,72	152,76	57,66%	46,56	17,57%	29,71	25,23%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.163,73	168,39	57,88%	51,16	17,58%	32,19	24,89%

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