



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 10/02/2025 a 14/02/2025		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)				
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	
Refeição 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	
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Leite com chocolate em pó	Canjica	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melancia	Pão integral com requeijão caseiro Suco de abacaxi	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	
Fruta	Abacaxi		Goiaba		Melão	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
824,60	124,14	60,22%	34,47	16,72%	21,79	23,79%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.035,11	154,49	59,70%	44,56	17,22%	26,99	23,47%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.119,43	166,85	59,62%	48,52	17,34%	29,03	23,34%

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