



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 03/04/2023 a 07/04/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	03/04/2023 2º FEIRA	04/04/2023 3º FEIRA	05/04/2023 4º FEIRA	06/04/2023 5º FEIRA	07/04/2023 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b>  8 às 9h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Leite com café	Biscoito salgado Leite com abacate	
<b>Refeição</b>  11h às 12h	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de beterraba	Arroz integral com brócolis Feijão Carne em cubos com batata Salada de abobrinha	Arroz Feijão Filé mignon suíno Salada de escarola com tomate	Macarrão ao alho e óleo Carne em cubos com tomate Salada de alface	
<b>Lanche 2</b>  14h30 às 15h30	Pão com manteiga Suco de uva integral	Bolinho individual integral Leite com café	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de abacaxi	
<b>Fruta</b>	Melão	Melancia	Maçã	Caqui	

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.079,30	158,78	58,85%	43,93	16,28%	31,41	26,20%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.425,39	192,13	53,92%	54,72	15,35%	50,57	31,93%

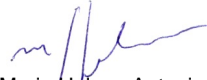
### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.633,41	204,22	50,01%	59,01	14,45%	66,68	36,74%

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