



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 03/04/2023 a 07/04/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO                                | 03/04/2023<br>2º FEIRA  | 04/04/2023<br>3º FEIRA   | 05/04/2023<br>4º FEIRA   | 06/04/2023<br>5º FEIRA   | 07/04/2023<br>6º FEIRA |
|---|---|--|--|--|------------------------|
| <b>Lanche 1</b><br>7 às 8h/ 15 às 16h   | Biscoito doce<br>Leite com chocolate em pó                        | Pão de forma integral com<br>requeijão caseiro<br>Capuccino (leite com<br>chocolate em pó e café<br>solúvel) | Biscoito salgado<br>Leite com abacate                                    | Bolo caseiro simples<br>Leite com café                                   |                        |
| <b>Refeição</b><br>10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com tomate<br>Salada de beterraba | Arroz integral com brócolis<br>Feijão<br>Carne em cubos com batata<br>Salada de abobrinha                    | Arroz<br>Feijão<br>Filé mignon suíno<br>Salada de escarola com<br>tomate | Macarrão ao alho e óleo<br>Carne em cubos com tomate<br>Salada de alface |                        |
| <b>Fruta</b>                            | Melão   | Melancia   | Mamão  | Caqui  |                        |

**DIA NÃO LETIVO**

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 801,22         | 112,66          | 56,24% | 34,77        | 17,36% | 24,63       | 27,66% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 986,79         | 140,37          | 56,90% | 43,97        | 17,82% | 28,89       | 26,35% |

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