



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio			PERÍODO: Integral
CONSUMO: 25/03/2024 a 29/03/2024		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)			
REFEIÇÃO	25/03/2024 2º FEIRA	26/03/2024 3º FEIRA	27/03/2024 4º FEIRA	28/03/2024 5º FEIRA	29/03/2024 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Flocos de milho com leite	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	
Refeição 11h às 12h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate	Arroz integral Carne ao molho Salada de feijão branco com vinagrete	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Virado de couve (com farinha de milho)	Arroz Feijão Carne com tomate Creme de milho	
Lanche 2 14h30 às 15h30	Pão integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Bolinho individual integral Leite com café	Pão com ovos mexidos Suco de uva integral	DIA NÃO LETIVO
Fruta	Maçã	Melancia	Mamão	Caqui	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.097,19	164,93	60,13%	46,59	16,99%	29,30	24,03%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.595,36	195,66	49,06%	58,41	14,64%	66,17	37,33%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.866,60	207,95	44,56%	63,13	13,53%	89,06	42,94%

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