



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 01/04/2024 a 05/04/2024		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)				
REFEIÇÃO	01/04/2024 2º FEIRA	02/04/2024 3º FEIRA	03/04/2024 4º FEIRA	04/04/2024 5º FEIRA	05/04/2024 6º FEIRA	
Lanche 1 8 às 9h	Biscoito salgado Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Flocos de milho com leite	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão integral com manteiga Vitamina de banana (com leite)	
Refeição 11h às 12h	Arroz Frango em cubos com legumes Salada de grão de bico com vinagre	Arroz integral Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão Bife de paleta com cenoura Salada de escarola	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de alface	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Farofa de cenoura Salada de beterraba	
Lanche 2 14h30 às 15h30	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão (forma integral) com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melancia	Canjica	Pão com ovos mexidos Suco de uva integral	
Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana	Melancia	Caqui	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.112,94	182,28	65,51%	40,30	14,48%	26,71	21,60%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.593,02	211,09	53,00%	48,96	12,29%	63,98	36,15%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.857,74	222,75	47,96%	52,40	11,28%	87,04	42,17%

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