



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 01/04/2024 a 05/04/2024

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

PERÍODO: Parcial

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
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Bolinho individual Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão integral com manteiga Vitamina de banana (com leite)
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Carne refogada Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz integral Feijão Empanadinho de peixe Abobrinha refogada	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de escarola com cenoura	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Farofa de cenoura Salada vinagrete	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de alface
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Maçã	Banana	Melancia	Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
837,28	124,48	59,47%	35,79	17,10%	23,03	24,75%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.063,52	153,75	57,83%	47,77	17,97%	29,73	25,16%

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