



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral
CONSUMO: 03/03/2025 a 07/03/2025

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	03/03/2025 2º FEIRA	04/03/2025 3º FEIRA	05/03/2025 4º FEIRA	06/03/2025 5º FEIRA	07/03/2025 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h				Biscoito doce Vitamina de abacate (com leite)	Flocos de milho com leite
Colação 9 às 10h				Melão	Abacaxi
Refeição 12h às 13h	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de chuchu	Macarrão Molho com carne Salada de repolho
Lanche 2 15h às 16h				Pão de polvilho Suco de morango (polpa congelada)	Torta salgada caseira com recheio de abobrinha e tomate Suco de melão
Fruta				Maçã	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.200,39	181,68	60,54%	43,24	14,41%	36,12	27,08%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.622,48	248,40	61,24%	58,79	14,49%	47,65	26,43%

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