



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1
CONSUMO: 26/04/2021 a 30/04/2021

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II, Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	26/04/2021 2º FEIRA	27/04/2021 3º FEIRA	28/04/2021 4º FEIRA	29/04/2021 5º FEIRA	30/04/2021 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Flocos de milho com leite	Mistura para bolo (simples) Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com café	Mistura para bolo (com maçã e canela) Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão carioca Carne em iscas com legumes Salada de cenoura	Arroz Feijão carioca Frango com tomate Salada de repolho	Arroz Feijão carioca Carne moída com batata Salada de abobrinha	Macarrão Molho com frango Salada de chuchu	Arroz Feijão preto Carne em iscas com legumes Salada de pepino
Fruta	Maçã	Melão	Caqui	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)
677,01	29,87 17,65%	17,96 23,88%	99,68 58,89%

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)
789,62	36,71 18,60%	20,10 22,91%	115,75 58,64%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (30%)

Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)
789,62	36,71 18,60%	20,10 22,91%	115,75 58,64%

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 nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas