



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 10/04/2023 a 14/04/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II, Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	10/04/2023 2º FEIRA	11/04/2023 3º FEIRA	12/04/2023 4º FEIRA	13/04/2023 5º FEIRA	14/04/2023 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Leite com chocolate em pó	Pão integral com manteiga Leite com banana	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito doce Leite com chocolate em pó
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Repolho refogado	Arroz integral com cenoura Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté	Arroz Feijão Peixe com tomate Brócolis refogado	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de almeirão	Arroz Feijão Pernil suíno com legumes Salada de acelga
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Pão de forma integral com manteiga Suco de melancia	Canjica	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de uva integral
<b>Fruta</b>	Pera	Abacaxi	Banana	Melancia	Caqui

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.183,55	182,91	61,82%	44,04	14,89%	32,64	24,82%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.945,82	223,30	45,90%	56,39	11,59%	94,96	43,92%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
2.020,52	200,83	39,76%	57,61	11,41%	113,64	50,62%

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