



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 01/05/2023 a 05/05/2023

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	01/05/2023 2º FEIRA	02/05/2023 3º FEIRA	03/05/2023 4º FEIRA	04/05/2023 5º FEIRA	05/05/2023 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h		Pão de forma integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com abacate	Bolinho individual Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó
Refeição 11h às 12h	DIA NÃO LETIVO	Arroz Carne moída Batata ao molho branco Salada de repolho com tomate	Arroz Feijão Carne em cubos Virado de couve (com farinha de milho)	Macarrão ao alho e óleo Carne em cubos com tomate Salada de alface	Risoto (com arroz integral) de frango em cubos com legumes Feijão Salada de escarola
Lanche 2 14h30 às 15h30		Bolinho individual integral Leite com café	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Ovos mexidos Suco de abacaxi (polpa congelada)	Pão com falsa maionese Suco de melão
Fruta		Melancia	Banana	Caqui	Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.108,80	159,99	57,72%	42,65	15,39%	34,73	28,19%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.630,06	190,49	46,74%	53,67	13,17%	74,69	41,24%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.908,32	202,65	42,48%	57,88	12,13%	98,68	46,54%

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 hortifrutis.
Cardápio sujeito a alterações.
Horário sugerido das refeições.
Cardápio elaborado conforme Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020.

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