



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 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  7 às 8h		Pão de forma integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito doce Leite com abacate	Pão integral com manteiga Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó
Colação 9 às 10h		Pera	Melão	Banana	Mamão
Refeição  12h às 13h	<b>DIA NÃO LETIVO</b>	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 Coxinha da asa Salada de couve-flor	Risoto (com arroz integral) de frango em cubos com legumes Feijão Salada de escarola
Lanche 2  15h às 16h		Bolo almofadas francesas Leite com café	Ovos mexidos Suco de morango (polpa congelada)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	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)		Lípido (g)	
1.176,82	171,17	58,18%	45,07	15,32%	37,07	28,35%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.693,77	201,37	47,56%	55,76	13,17%	76,83	40,82%

Fonte: \* TACO 4ª Edição 2011. / \* Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011. / \* Rótulos e fichas técnicas de alimentos.

#### CONSIDERAÇÕES ES

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