



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 08/04/2024 a 12/04/2024

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 | 08/04/2024 2º FEIRA | 09/04/2024 3º FEIRA | 10/04/2024 4º FEIRA | 11/04/2024 5º FEIRA | 12/04/2024 6º FEIRA |
|---|---|---|--|---|---|
| Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h | Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Pão de forma integral com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó) | Pão com requeijão caseiro Leite com café | Biscoito doce Vitamina de maçã (com leite) | Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó) |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura | Arroz integral Feijão Frango em cubos com legumes Salada de beterraba | Arroz com legumes Estrogonofe de carne em cubos Batata rústica (com casca) | Arroz Feijão Molho com carne Polenta Salada de alface | Arroz Feijão Pernil suíno com legumes Salada de couve com tomate |
| Fruta | Maçã | Melancia | Banana | Caqui | Abacaxi |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 840,90 | 127,44 | 60,62% | 34,76 | 16,54% | 22,79 | 24,39% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.064,14 | 159,57 | 59,98% | 45,62 | 17,15% | 28,52 | 24,13% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.131,00 | 162,76 | 57,56% | 49,08 | 17,36% | 33,21 | 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 hortifrúdos.
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