



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
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
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
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão com requeijão caseiro Suco de uva integral	Canjica	Pão com falsa maionese Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Flocos de milho com leite	Açaí com banana
Fruta	Maçã	Melancia	Banana	Caqui	Abacaxi

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
831,93	140,45	67,53%	31,81	15,29%	17,81	19,27%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.052,93	172,96	65,71%	42,74	16,24%	22,99	19,65%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.118,68	176,31	63,04%	46,22	16,53%	27,43	22,07%

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