



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
CONSUMO: 29/04/2024 a 03/05/2024

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	29/04/2024 2º FEIRA	30/04/2024 3º FEIRA	01/05/2024 4º FEIRA	02/05/2024 5º FEIRA	03/05/2024 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Escondidinho de batata com frango (com legumes) Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz integral Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de pepino	DIA NÃO LETIVO	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de escarola	Arroz Feijão com carne em cubos Couve refogada Salada vinagrete
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolinho individual integral Suco de uva integral	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)		Flocos de milho com leite	Canjica
Fruta	Melão	Maçã		Melancia	Caqui

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
817,63	133,45	65,29%	31,34	15,33%	18,90	20,81%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
974,93	156,04	64,02%	37,57	15,41%	23,43	21,63%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.039,16	165,39	63,66%	40,10	15,44%	25,23	21,86%

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