



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 15/04/2024 a 19/04/2024

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	15/04/2024 2º FEIRA	16/04/2024 3º FEIRA	17/04/2024 4º FEIRA	18/04/2024 5º FEIRA	19/04/2024 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h	Biscoito salgado Vitamina de banana e maçã (com leite)	Pão de forma integral com manteiga Leite com café	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Refeição 11h às 12h	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de brócolis	Arroz integral Feijão Paleta com berinjela e tomate Salada de acelga	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Nhoque Molho com carne em cubos (com legumes) Salada de almeirão com tomate	Arroz Frango em cubos com legumes Salada de grão de bico com vinagrete
Lanche 2 14h30 às 15h30	Pão com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com ovos mexidos Suco de melão	Pão (forma integral) com patê de frango (preparo) (falsa maionese) Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Flocos de milho com leite	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó
Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana	Mamão	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.085,19	164,41	60,60%	45,45	16,75%	29,41	24,39%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.581,25	195,83	49,54%	55,20	13,96%	66,79	38,02%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.851,53	208,37	45,01%	59,09	12,77%	89,90	43,70%

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