



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 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
<b>Lanche 1</b>  7 às 8h	Pão com manteiga 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)
<b>Colação</b> 9 às 10h	Bananinha individual	Pera	Banana	Abacaxi	Melão
<b>Refeição</b>  12h às 13h	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	Arroz Frango em cubos com legumes Salada de grão de bico com vinagrete	Nhoque Molho com carne em cubos (com legumes) Salada de almeirão com tomate
<b>Lanche 2</b>  15h às 16h	Pão integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Canjica	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Kibe vegano Suco de melão	Bolo caseiro de banana Leite com chocolate em pó
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Maçã	Mamão	Banana	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.152,72	182,46	63,31%	45,01	15,62%	29,80	23,27%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.645,32	213,16	51,82%	54,68	13,29%	67,16	36,74%

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