



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 02/05/2022 a 06/05/2022

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	02/05/2022 2º FEIRA	03/05/2022 3º FEIRA	04/05/2022 4º FEIRA	05/05/2022 5º FEIRA	06/05/2022 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito doce Leite com café	Bolinho individual Leite com café	Pão com manteiga Leite com café	Flocos de milho com leite	Pão integral com requeijão caseiro Leite com maçã e aveia
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Salada de acelga com tomate	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Farofa de couve (farinha de mandioca)	Arroz integral com cenoura Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de escarola com tomate	Nhoque de soja ao sugo Salada de chuchu com cenoura	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de beterraba
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Pão com manteiga Suco de melão	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Canjica	Bolinho individual Suco de melancia	Pão integral Molho com atum Suco de abacaxi
<b>Fruta</b>	Melancia		Mamão	Maçã	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.496,55	254,21	67,94%	49,93	13,35%	35,36	21,26%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.748,98	284,14	64,98%	59,77	13,67%	46,07	23,71%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.875,72	303,58	64,74%	63,82	13,61%	49,68	23,84%

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