



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 09/05/2022 a 13/05/2022		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)				
REFEIÇÃO	09/05/2022 2º FEIRA	10/05/2022 3º FEIRA	11/05/2022 4º FEIRA	12/05/2022 5º FEIRA	13/05/2022 6º FEIRA	
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com banana	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito salgado Leite com café	Mistura para bolo (simples) Leite com café	Pão com manteiga Leite com café	
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Frango com cenoura Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz integral Feijão Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté	Arroz Feijão Frango com mix de legumes Salada de alface	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de almeirão	Macarrão Molho com carne em cubos Salada de repolho	
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Pera	Maçã	Banana	Mamão	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
872,06	126,06	57,82%	34,74	15,93%	26,91	27,77%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
978,92	138,82	56,72%	38,87	15,88%	31,23	28,71%

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