



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 05/06/2023 a 09/06/2023

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	05/06/2023 2º FEIRA	06/06/2023 3º FEIRA	07/06/2023 4º FEIRA	08/06/2023 5º FEIRA	09/06/2023 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	Biscoito doce Leite com abacate		Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Carne em iscas com batata Salada de beterraba	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão Proteína de soja com cenoura e tomate Salada de alface	DIA NÃO LETIVO	Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Feijão Salada de tomate
Fruta	Melão	Melancia	Banana		Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
781,88	117,73 60,23%	31,45 16,09%	21,69 24,97%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
936,53	141,80 60,56%	38,12 16,28%	25,14 24,16%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
998,14	151,43 60,69%	40,79 16,35%	26,50 23,89%

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