



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2  
CONSUMO: 08/05/2023 a 12/05/2023

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                                | 08/05/2023<br>2º FEIRA  | 09/05/2023<br>3º FEIRA  | 10/05/2023<br>4º FEIRA   | 11/05/2023<br>5º FEIRA  | 12/05/2023<br>6º FEIRA   |
|---|---|---|--|---|--|
| <b>Refeição</b><br>10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz<br>Feijão tropeiro com carne em cubos<br>Salada de chuchu | Arroz integral com cenoura<br>Escondidinho de batata com frango<br>Salada de pepino | Arroz<br>Feijão<br>Peixe com tomate e pimentão<br>Salada de alface com cenoura | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com batata e tomate<br>Salada de almeirão | Arroz<br>Feijão<br>Frango em cubos com legumes<br>Salada de acelga       |
| <b>Lanche 2</b><br>7 às 8h/ 15 às 16h   | Pão de forma integral com manteiga<br>Suco de melancia          | Canjica   | Pão com patê de ervas (requeijão caseiro)<br>Suco de uva integral              | Pão com manteiga<br>Suco de abacaxi                                       | Biscoito salgado<br>Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) |
| <b>Fruta</b>                            | Pera  | Abacaxi   | Tangerina  | Mamão   | Banana   |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lipídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 777,55         | 127,05          | 65,36% | 31,06        | 15,98% | 17,54       | 20,30% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lipídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.004,77       | 159,93          | 63,67% | 40,54        | 16,14% | 23,97       | 21,47% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lipídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.006,48       | 134,51          | 53,46% | 40,74        | 16,19% | 36,17       | 32,34% |

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 hortifrutis.  
Cardápio sujeito a alterações.  
Horário sugerido das refeições.  
Cardápio elaborado conforme Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020.

Maria Helena Antonicelli  
CRN3 5698  
Responsável Técnica - Nutricionista  
Prefeitura Municipal de Campinas