



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 08/05/2023 a 12/05/2023

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	08/05/2023 2º FEIRA	09/05/2023 3º FEIRA	10/05/2023 4º FEIRA	11/05/2023 5º FEIRA	12/05/2023 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Leite com chocolate em pó	Pão integral com manteiga Leite com banana	Biscoito doce Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com maçã
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Salada de chuchu	Arroz integral com cenoura Escondidinho de batata com frango Salada de pepino	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Salada de alface com cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de almeirão	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de acelga
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Pão de forma integral com manteiga Suco de melancia	Canjica	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de uva integral	Pão com manteiga Suco de abacaxi	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
<b>Fruta</b>	Pera	Abacaxi	Tangerina	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.098,70	172,14	62,67%	42,07	15,32%	28,60	23,43%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.844,32	210,82	45,72%	52,99	11,49%	90,40	44,11%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.914,03	187,72	39,23%	53,76	11,23%	108,98	51,25%

Fonte: \* TACO 4ª Edição 2011. / \* Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011. / \* Rótulos e fichas técnicas de alimentos.

#### CONSIDERAÇÕES ES

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