



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 08/05/2023 a 12/05/2023		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)				
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	
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão integral com manteiga Leite com banana	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito doce Leite com maçã	
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	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	
Fruta	Pera	Abacaxi	Tangerina	Mamão	Banana	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
788,89	116,95	59,30%	34,26	17,37%	21,66	24,71%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.013,73	149,81	59,11%	43,80	17,28%	27,70	24,59%

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 hortifrutigranjeiros.
O cardápio sujeito a alterações.
Horário sugerido das refeições.
O cardápio elaborado conforme Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020.

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