



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1
CONSUMO: 15/05/2023 a 19/05/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	15/05/2023 2º FEIRA	16/05/2023 3º FEIRA	17/05/2023 4º FEIRA	18/05/2023 5º FEIRA	19/05/2023 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com maçã	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de pepino	Nhoque de soja Molho de tomate caseiro com frango desfiado Salada de repolho	Arroz Feijão Coxa de frango com batata Salada de escarola	Arroz Feijão Bolinho de carne assado Salada de couve-flor com tomate	Arroz Feijão Carne moída com mandioca Salada de almeirão
Fruta	Melão	Maçã	Caqui	Pera	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
867,49	127,53	58,80%	36,76	16,95%	25,01	25,95%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.054,81	156,18	59,22%	44,16	16,75%	29,81	25,44%

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