



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 05/06/2023 a 09/06/2023		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%)				
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	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	Biscoito doce Leite com abacate			
Colação 9 às 10h	Maçã	Pera	Melão			
Refeição 12h às 13h	Arroz Feijão Carne em iscas com batata Salada de beterraba	Arroz com cenoura Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão Proteína de soja com cenoura e tomate Salada de alface			
Lanche 2 15h às 16h	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco individual	Bolo caseiro de laranja Leite com chocolate em pó	Pão integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	DIA NÃO LETIVO		
Fruta	Melão	Melancia	Banana			

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.188,93	175,52	59,05%	46,29	15,57%	36,20	27,40%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.715,31	210,74	49,14%	57,41	13,39%	74,66	39,17%

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