



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 13/05/2024 a 17/05/2024

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	13/05/2024 2º FEIRA	14/05/2024 3º FEIRA	15/05/2024 4º FEIRA	16/05/2024 5º FEIRA	17/05/2024 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Vitamina de banana e maçã (com leite)	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Berinjela refogada	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes Salada de pepino com tomate	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de almeirão	Nhoque de soja ao sugo Coxinha da asa Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz Feijão Pernil suíno com legumes Salada de repolho
Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana		Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
820,91	121,49	59,20%	36,76	17,91%	22,20	24,34%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.051,65	152,41	57,97%	49,57	18,85%	28,45	24,35%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.143,67	164,77	57,63%	54,69	19,13%	30,92	24,33%

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 hortifrúdos.
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