



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 06/05/2024 a 10/05/2024

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	06/05/2024 2º FEIRA	07/05/2024 3º FEIRA	08/05/2024 4º FEIRA	09/05/2024 5º FEIRA	10/05/2024 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Vitamina de maçã (com leite)	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Refeição 11h às 12h	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Frango em cubos com legumes Salada de beterraba	Arroz colorido (com mix de legumes) Estrogonofe de carne em cubos Salada de batata	Arroz Feijão Molho com paleta (bife) Polenta Salada de alface	Arroz Feijão Pernil suíno com legumes Salada de chuchu
Lanche 2 14h30 às 15h30	Pão com requeijão caseiro Suco de uva integral	Biscoito doce Leite com café	Pão com falsa maionese Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Açaí com banana
Fruta	Melancia	Maçã	Banana	Mamão	Abacaxi

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.120,60	175,09	62,50%	42,76	15,26%	29,72	23,87%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.802,12	213,69	47,43%	53,83	11,95%	84,35	42,13%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
2.158,58	219,45	40,67%	57,35	10,63%	120,63	50,30%

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