



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 03/06/2024 a 07/06/2024

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	03/06/2024 2º FEIRA	04/06/2024 3º FEIRA	05/06/2024 4º FEIRA	06/06/2024 5º FEIRA	07/06/2024 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h	Biscoito salgado Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite com café	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Flocos de milho com leite	Pão integral com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Refeição 11h às 12h	Arroz Feijão Cuscuz de frango (com legumes) com tomate Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de abobrinha	Arroz Frango em cubos com legumes Salada de grão de bico com vinagrete	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de escarola	Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Salada de alface
Lanche 2 14h30 às 15h30	Bolinho individual integral Suco individual	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com ovos mexidos Suco de uva integral
Fruta	Abacaxi		Banana		Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.055,09	162,13	61,46%	40,95	15,53%	28,17	24,03%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.539,93	191,77	49,81%	49,80	12,94%	65,39	38,22%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.807,11	203,93	45,14%	53,38	11,81%	88,41	44,03%

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