



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 27/05/2024 a 31/05/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II, EJA  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 19-30 anos (30%), 31-60 a  
anos (30%)

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO                                | 27/05/2024<br>2º FEIRA   | 28/05/2024<br>3º FEIRA  | 29/05/2024<br>4º FEIRA  | 30/05/2024<br>5º FEIRA | 31/05/2024<br>6º FEIRA |
|---|--|---|---|------------------------|------------------------|
| <b>Lanche 1</b><br>7 às 8h/ 15 às 16h   | Biscoito doce<br>Leite com chocolate em pó                                 | Pão de forma integral com<br>requeijão caseiro<br>Leite com café              | Bolo caseiro de laranja<br>Leite com chocolate em pó                          |                        |                        |
| <b>Refeição</b><br>10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz<br>Feijão<br>Pernil suíno com legumes<br>Salada de chuchu com tomate | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos<br>Legumes refogados (cenoura<br>e abobrinha) | Arroz integral<br>Empanadinho de frango<br>Creme de milho<br>Salada de alface |                        |                        |
| <b>Fruta</b>                            | Bananinha individual   | Melancia  | Mamão   |                        |                        |

DIA NÃO LETIVO

DIA NÃO LETIVO

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 832,66         | 117,64          | 56,51% | 37,97        | 18,24% | 24,45       | 26,43% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.046,06       | 146,82          | 56,14% | 50,08        | 19,15% | 29,72       | 25,57% |

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (30%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.046,06       | 146,82          | 56,14% | 50,08        | 19,15% | 29,72       | 25,57% |

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (30%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípídeo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.046,06       | 146,82          | 56,14% | 50,08        | 19,15% | 29,72       | 25,57% |

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 hortifrútu  
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