



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 03/06/2024 a 07/06/2024

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	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
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Vitamina de polpa (congelada) de morango e banana (com leite)	Bolo caseiro de cenoura Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Flocos de milho com leite	Pão integral com manteiga Leite com café
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Cuscuz de frango (com legumes) com tomate Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Empanadinho de peixe Purê de mandioquinha	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Salada de alface	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de escarola
<b>Fruta</b>	Bananinha individual	Abacaxi	Banana	Melancia	Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
860,71	128,72	59,82%	36,17	16,81%	23,77	24,86%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.076,51	158,78	59,00%	46,92	17,43%	29,49	24,65%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.076,51	158,78	59,00%	46,92	17,43%	29,49	24,65%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.076,51	158,78	59,00%	46,92	17,43%	29,49	24,65%

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