



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 |
|---|---|---|---|---|--|
| Lanche 1 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 |
| Refeição 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 |
| Fruta | Bananinha individual | Abacaxi | Banana | Melancia | Mamão |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (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) | | Lípideo (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) | | Lípideo (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) | | Lípideo (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