



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2
CONSUMO: 13/05/2024 a 17/05/2024

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	13/05/2024 2º FEIRA	14/05/2024 3º FEIRA	15/05/2024 4º FEIRA	16/05/2024 5º FEIRA	17/05/2024 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Berinjela refogada	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes Salada de pepino com tomate	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de almeirão	Arroz Feijão Pernil suíno com legumes Farofa de cenoura Salada de repolho	Nhoque de soja ao sugo Empanadinho de frango Salada de grão de bico com vinagrete
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão integral com falsa ricota Leite com café	Canjica	Torta salgada caseira Recheio de frango desfiado Suco individual	Pão com ovos mexidos Suco de uva integral	Bolo mesclado de café Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Fruta	Abacaxi	Maçã	Bananinha individual	Mamão	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
852,79	126,11	59,15%	40,08	18,80%	21,90	23,12%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.072,87	155,31	57,90%	53,90	20,09%	27,14	22,76%

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