



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2  
CONSUMO: 20/06/2022 a 24/06/2022

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	20/06/2022 2º FEIRA	21/06/2022 3º FEIRA	22/06/2022 4º FEIRA	23/06/2022 5º FEIRA	24/06/2022 6º FEIRA
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Creme de milho	Arroz integral Feijão Bolinhos de carne ao molho Purê de batata	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Cenoura e chuchu refogados	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de feijão branco com vinagrete	Pão Molho com pernil suíno desfiado Suco de abacaxi Pipoca
<b>Lanche 2</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Torta salgada (sem glúten) Recheio de frango Suco de limão	Pão vegano Leite com café	Açaí com banana	Bolo de milho Leite com café	Canjica
<b>Fruta</b>	Melancia	Maçã	Abacaxi	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
853,28	126,94	59,50%	32,02	15,01%	26,12	27,55%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
940,74	137,03	58,26%	34,81	14,80%	30,11	28,80%

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