



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2  
CONSUMO: 26/06/2023 a 30/06/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	26/06/2023 2º FEIRA	27/06/2023 3º FEIRA	28/06/2023 4º FEIRA	29/06/2023 5º FEIRA	30/06/2023 6º FEIRA
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de chuchu	Arroz Carne em iscas Salada de escarola	Arroz Feijão Coxa de frango com batata Salada de tomate	Sopa com arroz, mix de legumes (congelado) e Frango	Risoto com arroz, frango, cenoura e tomate Salada de repolho
<b>Lanche 2</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão de forma integral com manteiga Leite com café	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão com pernil desfiado Suco de abacaxi
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Pera	Tangerina	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
751,59	109,24	58,14%	32,53	17,31%	21,64	25,91%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
918,63	134,29	58,47%	38,64	16,82%	26,40	25,86%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
940,82	125,01	53,15%	39,32	16,72%	33,09	31,66%

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