



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
CONSUMO: 17/06/2024 a 21/06/2024

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	17/06/2024 2º FEIRA	18/06/2024 3º FEIRA	19/06/2024 4º FEIRA	20/06/2024 5º FEIRA	21/06/2024 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Salada de acelga	Arroz integral Feijão Coxa de frango com tomate Salada de pepino	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de repolho	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de almeirão com tomate
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com ovos mexidos Suco de abacaxi	Açaí com banana e leite em pó	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão Molho com carne Pipoca Suco misto de goiaba e maçã
Fruta	Melão		Banana		Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
774,11	113,68	58,74%	37,95	19,61%	19,51	22,68%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
973,76	143,75	59,05%	48,47	19,91%	23,48	21,70%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.053,80	155,78	59,13%	52,68	20,00%	25,09	21,43%

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