



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 10/06/2024 a 14/06/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	10/06/2024 2º FEIRA	11/06/2024 3º FEIRA	12/06/2024 4º FEIRA	13/06/2024 5º FEIRA	14/06/2024 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de abóbora	Arroz integral Feijão Carne em cubos com legumes Salada de chuchu	Arroz Estrogonofe de carne em cubos Batata refogada	Arroz Feijão Bobó de frango (com legumes) Salada de alface Doce de abóbora	Arroz Feijão preto Filé mignon suíno Salada vinagrete
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Pão integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Bolinho individual integral Leite com café	Arroz doce	Pão com falsa maionese Suco misto de goiaba e maçã	Canjica
<b>Fruta</b>	Maçã		Abacaxi		Banana

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.114,75	174,58	62,64%	42,93	15,40%	28,22	22,78%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.677,47	204,87	48,85%	50,24	11,98%	74,81	40,14%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.998,91	216,98	43,42%	53,16	10,64%	104,35	46,98%

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