



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , EJA
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 19-30 anos (30%), 31-60 a 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 tomate	Arroz integral Feijão Empanadinho de frango Salada de pepino	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Coxa de frango com tomate Milho refogado	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de almeirão
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão integral com geleia de goiaba Leite com café	Açaí com banana e leite em pó	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e tomate) Suco de melão	Bolo mesclado de café Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão Molho com carne Pipoca Suco misto de goiaba e maçã
Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana	Mamão	Bananinha individual

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
876,87	124,36	56,73%	40,83	18,63%	25,34	26,01%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.091,94	155,33	56,90%	53,05	19,43%	29,83	24,58%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.091,94	155,33	56,90%	53,05	19,43%	29,83	24,58%

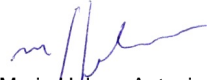
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.091,94	155,33	56,90%	53,05	19,43%	29,83	24,58%

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 hortifrútu
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