



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1
CONSUMO: 19/07/2021 a 23/07/2021

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	19/07/2021 2º FEIRA	20/07/2021 3º FEIRA	21/07/2021 4º FEIRA	22/07/2021 5º FEIRA	23/07/2021 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h			Bolinho individual Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	DIA NÃO LETIVO		Arroz Feijão carioca Frango com milho e tomate Salada de acelga com beterraba	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de grão de bico com atum	Risoto de frango desfiado com cenoura e tomate Feijão preto Mandioquinha sauté
Fruta			Tangerina	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
739,98	112,86	61,01%	29,84	16,13%	19,71	23,97%

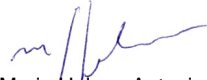
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
848,56	129,43	61,01%	34,65	16,34%	22,23	23,57%

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 nº26, de 17 de junho de 2013.



Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas