



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 01/08/2022 a 05/08/2022

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	01/08/2022 2º FEIRA	02/08/2022 3º FEIRA	03/08/2022 4º FEIRA	04/08/2022 5º FEIRA	05/08/2022 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com café	Bolinho individual Leite com café	Pão com manteiga Leite com banana e mamão	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Pão integral com requeijão caseiro Leite com café
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Farofa de couve	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Salada de acelga	Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Creme de milho	Arroz integral com cenoura Feijão Carne moída ao molho Salada de escarola	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate Feijão Salada de beterraba
<b>Fruta</b>	Melão		Mamão	Maçã	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
880,22	129,87	59,02%	36,81	16,73%	24,86	25,42%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
977,70	139,60	57,11%	40,95	16,76%	29,39	27,05%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
997,32	139,60	55,99%	40,95	16,43%	31,61	28,52%

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