



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



| TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2 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 |
| Refeição 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 |
| Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h | Milho na manteiga Suco de maracujá | Biscoito salgado Leite com café | Canjica | Bolinho individual integral Leite com café | Pão Molho com atum Suco de morango (polpa congelada) |
| Fruta | Melão | | Mamão | Maçã | Banana |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 764,34 | 116,87 | 61,16% | 32,68 | 17,10% | 19,73 | 23,23% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 861,82 | 126,59 | 58,76% | 36,83 | 17,09% | 24,25 | 25,33% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 881,44 | 126,59 | 57,45% | 36,83 | 16,71% | 26,47 | 27,03% |

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