



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 24/07/2023 a 28/07/2023

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	24/07/2023 2º FEIRA	25/07/2023 3º FEIRA	26/07/2023 4º FEIRA	27/07/2023 5º FEIRA	28/07/2023 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h		Canjica	Pão integral com manteiga Leite com café	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	<b>DIA NÃO LETIVO</b>	Arroz integral com cenoura Feijão Carne em iscas Salada de chuchu	Arroz Atum com tomate Purê de batata Salada de tomate	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de escarola	Sopa com macarrão, mix de legumes (congelado) Carne em iscas
<b>Fruta</b>		Pera	Tangerina	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
814,75	121,44	59,62%	33,93	16,66%	22,27	24,60%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.012,81	150,84	59,57%	42,28	16,70%	27,33	24,29%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.027,47	134,00	52,17%	43,16	16,80%	36,63	32,08%

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