



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1 CONSUMO: 29/08/2022 a 02/09/2022 | | 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 | 29/08/2022 2º FEIRA | 30/08/2022 3º FEIRA | 31/08/2022 4º FEIRA | 01/09/2022 5º FEIRA | 02/09/2022 6º FEIRA | |
| Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h | Biscoito salgado 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 | |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Lagarto com batata Salada de soja em grão com vinagrete | Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de acelga | Arroz integral com cenoura Feijão Carne moída com mandioca Salada de cenoura com tomate | Nhoque de soja ao sugo Salada de escarola com tomate | Arroz Carne moída ao molho Purê de batata Salada de brócolis | |
| Fruta | Melão | | Mamão | Banana | Maçã | |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 729,81 | 109,32 | 59,92% | 31,34 | 17,18% | 20,00 | 24,66% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 800,84 | 118,00 | 58,94% | 34,35 | 17,15% | 22,63 | 25,43% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 827,36 | 118,00 | 57,05% | 34,35 | 16,61% | 25,63 | 27,88% |

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