



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 22/08/2022 a 26/08/2022

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	22/08/2022 2º FEIRA	23/08/2022 3º FEIRA	24/08/2022 4º FEIRA	25/08/2022 5º FEIRA	26/08/2022 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h	Biscoito doce Leite com café	Bolinho individual integral Leite com café	Pão integral com requeijão caseiro Leite com café	Flocos de milho com leite	Biscoito salgado Leite com banana e maçã
Refeição 11h às 12h	Arroz Feijão Carne moída Cenoura e chuchu refogados	Arroz Feijão Bolinhos de carne ao molho Purê de mandioquinha	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de brócolis	Macarrão Molho com carne moída Salada de feijão branco com vinagrete	Arroz integral com brócolis Feijão Carne em cubos Salada de alface com tomate
Lanche 2 14h30 às 15h30	Bolinho individual Suco de abacaxi (polpa congelada)	Biscoito salgado Leite com café	Açaí com banana	Pão com manteiga Leite com café	Pão Molho com frango desfiado Suco de melancia
Fruta	Melancia		Abacaxi	Melancia	Banana

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.311,97	200,27	61,06%	50,21	15,31%	36,84	25,27%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.623,68	236,71	58,31%	63,76	15,71%	49,44	27,40%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.756,99	255,13	58,08%	69,07	15,73%	53,59	27,45%

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