



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 29/08/2022 a 02/09/2022		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)				
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	Flocos de milho com leite	Pão com manteiga Leite com banana e mamão	Pão integral com requeijão caseiro Leite com café	Pão com manteiga 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	Nhoque de soja ao sugo Salada de cenoura com tomate	Arroz integral com cenoura Feijão Carne moída com mandioca Salada de escarola com tomate	Arroz Feijão Empanadinho de frango Salada de brócolis	
Fruta	Melão	Melancia	Mamão	Banana	Maçã	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
767,68	114,78	59,81%	35,79	18,65%	19,68	23,07%

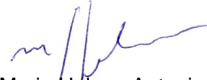
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
838,06	123,08	58,75%	37,88	18,08%	22,85	24,54%

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