



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2  
CONSUMO: 08/08/2022 a 12/08/2022

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	08/08/2022 2º FEIRA	09/08/2022 3º FEIRA	10/08/2022 4º FEIRA	11/08/2022 5º FEIRA	12/08/2022 6º FEIRA
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Empanadinho de frango Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz integral com brócolis Feijão Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté	Arroz Feijão Lagarto com pimentão e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de almeirão	Macarrão ao alho e óleo Bolinhos de carne ao molho Salada de repolho
<b>Lanche 2</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Açaí com banana	Mistura para bolo (com maçã) Suco de abacaxi (polpa congelada)	Torta salgada (sem glúten) Recheio de atum Suco de melancia	Pão vegano Leite com polpa de morango	Canjica
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Pera	Maçã	Banana	Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
835,07	128,12	61,37%	34,99	16,76%	22,14	23,86%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
939,24	138,92	59,16%	39,03	16,62%	27,10	25,97%

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