



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2 | | TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II | | | PERÍODO: Parcial | |
|--|---|--|---|---|--|--|
| CONSUMO: 22/08/2022 a 26/08/2022 | | FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) | | | | |
| 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 | |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão Empanadinho de peixe Creme de milho | Arroz Feijão Lagarto com cenoura Purê de mandioquinha | Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de brócolis | Macarrão Bolinhos de carne ao molho Salada de feijão branco com vinagrete | Arroz integral com brócolis Feijão Carne em cubos Salada de alface com tomate | |
| Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h | Torta salgada (sem glúten) Recheio de frango desfiado Suco de abacaxi (polpa congelada) | Pão vegano Leite com café | Açaí com banana | Canjica | Pão com requeijão caseiro Suco de melancia | |
| Fruta | Melancia | Maçã | Abacaxi | Melancia | Banana | |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 851,08 | 129,17 | 60,71% | 36,42 | 17,12% | 22,61 | 23,91% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 961,91 | 141,54 | 58,86% | 40,52 | 16,85% | 27,65 | 25,87% |

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