



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
CONSUMO: 07/08/2023 a 11/08/2023

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	07/08/2023 2º FEIRA	08/08/2023 3º FEIRA	09/08/2023 4º FEIRA	10/08/2023 5º FEIRA	11/08/2023 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de chuchu	Arroz Frango com batata Salada de repolho	Arroz Feijão tropeiro com carne em iscas Couve refogada	Macarrão Bolinho de carne ao molho Salada de alface	Risoto com frango, cenoura e tomate Salada de pepino
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Bolinho individual integral Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com falsa maionese Suco de melancia
Fruta	Melão	Abacaxi	Banana	Mamão	Tangerina

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
746,82	112,28	60,14%	29,13	15,60%	21,36	25,74%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
916,70	137,45	59,98%	34,42	15,02%	26,71	26,22%

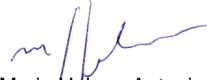
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
919,07	118,80	51,71%	33,91	14,76%	36,08	35,34%

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