



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 14/08/2023 a 18/08/2023

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	14/08/2023 2º FEIRA	15/08/2023 3º FEIRA	16/08/2023 4º FEIRA	17/08/2023 5º FEIRA	18/08/2023 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com manteiga Leite com banana e maçã	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito doce Leite com chocolate em pó
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga	Arroz com cenoura Feijão Carne em cubos com mandioquinha Salada de berinjela	Arroz Estrogonofe com frango Salada de alface	Arroz Feijão Empanadinho de frango Salada de pepino com tomate	Macarrão Molho com carne em cubos Salada de almeirão
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Mamão	Banana	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
833,42	118,04	56,65%	37,24	17,87%	24,53	26,49%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.057,50	146,47	55,40%	48,50	18,35%	31,63	26,92%

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