



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 04/09/2023 a 08/09/2023		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%)				
REFEIÇÃO	04/09/2023 2º FEIRA	05/09/2023 3º FEIRA	06/09/2023 4º FEIRA	07/09/2023 5º FEIRA	08/09/2023 6º FEIRA	
<b>Lanche 1</b>  7 às 8h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)			
<b>Colação</b> 9 às 10h	Maçã	Abacaxi	Melão			
<b>Refeição</b>  12h às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de beterraba	Arroz Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Purê de mandioquinha		<b>DIA NÃO LETIVO</b>	
<b>Lanche 2</b>  15h às 16h	Bolo caseiro simples Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão com ovos mexidos Suco de abacaxi			
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Banana			

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.191,21	177,10	59,47%	42,50	14,27%	37,38	28,24%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.780,55	207,72	46,66%	50,87	11,43%	86,22	43,58%

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