



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 26/08/2024 a 30/08/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	26/08/2024 2º FEIRA	27/08/2024 3º FEIRA	28/08/2024 4º FEIRA	29/08/2024 5º FEIRA	30/08/2024 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão (forma integral) com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito salgado Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Refeição 11h às 12h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de chuchu com tomate	Arroz integral Feijão Coxa de frango com tomate Mix de legumes (jardineira) refogado	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de pepino	Arroz Feijão preto Ovos mexidos com tomate Virado de couve (com farinha de milho)	Risoto com arroz integral, frango, cenoura e tomate Salada de alface com beterraba
Lanche 2 14h30 às 15h30	Pão integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Flocos de milho com leite	Bolinho individual integral Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Canjica	Pão (forma integral) com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de uva integral
Fruta	Melão		Mamão	Banana	Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.112,14	171,27	61,60%	42,61	15,32%	29,92	24,21%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.612,92	202,25	50,16%	53,16	13,18%	67,65	37,75%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.883,43	214,25	45,50%	57,30	12,17%	90,89	43,43%

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