



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 09/09/2024 a 13/09/2024

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 | 09/09/2024 2º FEIRA | 10/09/2024 3º FEIRA | 11/09/2024 4º FEIRA | 12/09/2024 5º FEIRA | 13/09/2024 6º FEIRA |
|---|--|---|---|--|--|
| Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h | Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó) | Pão forma integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó) | Biscoito salgado Leite com maracujá | Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó) |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de pepino | Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) com molho nutritivo Salada de acelga | Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface | Arroz integral Coxa de frango com tomate Salada de beterraba | Arroz Feijão preto Carne com cenoura Virado de couve (com farinha de milho) |
| Fruta | Maçã | | Melão | | Banana |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 782,75 | 113,65 | 58,08% | 32,59 | 16,65% | 22,86 | 26,29% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.005,00 | 143,94 | 57,29% | 43,70 | 17,39% | 29,03 | 25,99% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.094,23 | 156,36 | 57,16% | 48,10 | 17,58% | 31,42 | 25,85% |

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