



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
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
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)
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão com falsa maionese Suco de uva integral	Bolinho individual integral Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Milho na manteiga Suco de maçã	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Canjica
Fruta	Maçã		Melão		Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
808,76	124,52 61,59%	31,58 15,62%	21,44 23,86%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
1.018,45	152,91 60,06%	42,07 16,52%	27,34 24,16%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
1.102,76	164,57 59,69%	46,22 16,77%	29,64 24,19%

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