



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 23/09/2024 a 27/09/2024		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)				
REFEIÇÃO	23/09/2024 2º FEIRA	24/09/2024 3º FEIRA	25/09/2024 4º FEIRA	26/09/2024 5º FEIRA	27/09/2024 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 manteiga 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 abobrinha e cenoura Salada de tomate	Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de beterraba	Arroz Feijão Peixe com batata e tomate Salada de alface	Arroz Feijão preto Carne moída com tomate Salada vinagrete	Arroz Molho de tomate caseiro com carne moída Polenta Salada de escarola	
Lanche 2 14h30 às 15h30	Pão integral com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Flocos de milho com suplemento alimentar de leite e cacau (pó)	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Canjica	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melancia	
Fruta	Melão		Banana	Maçã	Mamão	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.086,78	172,20	63,38%	41,63	15,32%	27,05	22,40%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.694,72	209,07	49,35%	51,73	12,21%	74,45	39,54%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
2.030,91	223,51	44,02%	55,54	10,94%	104,19	46,17%

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