



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 10/10/2022 a 14/10/2022		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)				
REFEIÇÃO	10/10/2022 2º FEIRA	11/10/2022 3º FEIRA	12/10/2022 4º FEIRA	13/10/2022 5º FEIRA	14/10/2022 6º FEIRA	
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão integral com requeijão caseiro Leite com café		Flocos de milho com leite	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz com legumes Feijão tropeiro com carne em cubos Couve refogada	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Purê de mandioquinha	DIA NÃO LETIVO	Macarrão primavera Molho com carne em cubos Salada de soja em grão com vinagrete Açaí com banana e leite em pó	Pão Molho com carne em cubos Suco individual Pipoca	
Fruta	Melão	Melancia			Maçã	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
884,22	124,97	56,53%	40,73	18,43%	25,79	26,25%

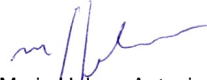
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
943,48	132,47	56,16%	43,20	18,32%	27,80	26,52%

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