



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 30/10/2023 a 03/11/2023

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	30/10/2023 2º FEIRA	31/10/2023 3º FEIRA	01/11/2023 4º FEIRA	02/11/2023 5º FEIRA	03/11/2023 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)		
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Coxa de frango com tomate Salada de batata	Arroz Carne em cubos ao molho Salada de acelga	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface		
Fruta	Melão	Maçã	Banana		

DIA NÃO LETIVO

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
813,83	111,60	54,85%	34,04	16,73%	26,73	29,56%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.018,68	142,06	55,78%	41,62	16,34%	32,52	28,73%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.099,34	154,25	56,12%	44,57	16,22%	34,74	28,44%

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