



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
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
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		
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Flocos de milho com leite	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó		
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)	
757,72	111,84	59,04%	31,91	16,84%	21,20	25,18%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
950,06	140,69	59,23%	39,39	16,58%	26,27	24,88%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.026,00	152,21	59,34%	42,27	16,48%	28,24	24,77%

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