



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 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	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO
Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana		

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
823,59	114,09	55,41%	34,19	16,61%	26,76	29,25%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
1.028,44	144,56	56,22%	41,77	16,25%	32,56	28,49%

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