



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 2		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 09/10/2023 a 13/10/2023		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)				
REFEIÇÃO	09/10/2023 2º FEIRA	10/10/2023 3º FEIRA	11/10/2023 4º FEIRA	12/10/2023 5º FEIRA	13/10/2023 6º FEIRA	
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura	Arroz Feijão Coxinha da asa Salada de beterraba	Arroz Estrogonofe com frango Batata rústica (com casca) Pipoca	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO	
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolinho individual Leite com café	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão Molho com carne moída Suco de melancia			
Fruta	Maçã	Abacaxi	Banana			

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
855,15	124,39	58,18%	35,36	16,54%	25,47	26,81%

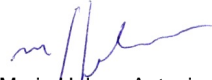
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.068,36	153,43	57,44%	45,93	17,20%	31,38	26,43%

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