



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 28/10/2024 a 01/11/2024

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	28/10/2024 2º FEIRA	29/10/2024 3º FEIRA	30/10/2024 4º FEIRA	31/10/2024 5º FEIRA	01/11/2024 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h		Biscoito salgado Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Flocos de milho com suplemento alimentar de leite e cacau (pó)	Pão integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h		Arroz Feijão preto Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Purê de batata	Risoto de carne moída com cenoura e tomate Salada de almeirão com tomate
<b>Fruta</b>			Maçã		Abacaxi

**DIA NÃO LETIVO**

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
700,31	110,38	63,05%	29,22	16,69%	16,45	21,14%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
921,82	142,64	61,89%	40,09	17,40%	21,82	21,30%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.008,93	155,53	61,66%	44,28	17,56%	23,87	21,29%

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