



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
CONSUMO: 21/10/2024 a 25/10/2024

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	21/10/2024 2º FEIRA	22/10/2024 3º FEIRA	23/10/2024 4º FEIRA	24/10/2024 5º FEIRA	25/10/2024 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Carne com mandioca Salada de beterraba	Arroz Feijão preto Bolinho misto de carne (bovina e suína) Salada de repolho com tomate	Arroz Grão de bico Carne com tomate Salada de alface	Arroz Feijão Carne com cenoura Virado de abobrinha (farinha de milho)
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Flocos de milho com suplemento alimentar de leite e cacau (pó)	Arroz doce	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melancia	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
Fruta	Maçã		Banana		Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
737,95	117,82	63,86%	31,26	16,94%	16,60	20,25%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
947,01	148,42	62,69%	41,80	17,65%	21,40	20,34%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.029,60	160,95	62,53%	45,79	17,79%	23,20	20,28%

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