



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 21/10/2024 a 25/10/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

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
Lanche 1 8 às 9h	Biscoito salgado Leite com café	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito doce Vitamina de banana e mamão	Pão forma integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Refeição 11h às 12h	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 14h30 às 15h30	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	Mamão

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.054,76	165,62	62,81%	41,79	15,85%	26,33	22,47%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.666,36	201,01	48,25%	53,48	12,84%	73,97	39,95%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
2.006,26	215,45	42,95%	57,93	11,55%	103,79	46,56%

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