



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 28/10/2024 a 01/11/2024

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	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
Lanche 1 8 às 9h		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)
Refeição 11h às 12h	DIA NÃO LETIVO	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
Lanche 2 14h30 às 15h30		Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Açaí com banana e leite em pó	Pão de forma integral com falsa maionese Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Pão com ovos mexidos Suco de maçã
Fruta			Maçã	Banana	Abacaxi

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.143,45	165,92	58,04%	38,39	13,43%	38,48	30,29%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.646,49	204,72	49,74%	51,34	12,47%	71,85	39,27%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.909,96	220,23	46,12%	56,37	11,81%	92,31	43,50%

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