



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral  
CONSUMO: 07/10/2024 a 11/10/2024

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	07/10/2024 2º FEIRA	08/10/2024 3º FEIRA	09/10/2024 4º FEIRA	10/10/2024 5º FEIRA	11/10/2024 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão forma integral com requeijão caseiro Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Biscoito salgado Vitamina de polpa (congelada) de morango e banana (com leite)	Bolo caseiro de cenoura Leite com café	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
<b>Colação</b> 9 às 10h	Melancia	Maçã	Abacaxi	Melão	Pera
<b>Refeição</b> 12h às 13h	Arroz Feijão Kibe vegano Legumes refogados (cenoura, abobrinha e vagem)	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de pepino	Arroz Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Batata com molho branco Salada de alface	Arroz Feijão preto Carne com berinjela Repolho refogado	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de escarola
<b>Lanche 2</b> 15h às 16h	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão vegano Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melancia	Açaí com banana, leite em pó e flocos de milho	Pão Molho de tomate caseiro com carne Pipoca Suco de abacaxi com maçã
<b>Fruta</b>	Melancia	Abacaxi	Maçã	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.212,49	195,30	64,43%	40,09	13,22%	33,30	24,72%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.850,60	236,74	51,17%	49,65	10,73%	82,14	39,95%

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