



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral
CONSUMO: 14/10/2024 a 18/10/2024

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	14/10/2024 2º FEIRA	15/10/2024 3º FEIRA	16/10/2024 4º FEIRA	17/10/2024 5º FEIRA	18/10/2024 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h			Flocos de milho com suplemento alimentar de leite e cacau (pó)	Bolinho individual Leite com café	Biscoito salgado Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Colação 9 às 10h			Melão	Maçã	Melancia
Refeição 12h às 13h	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO	Arroz Feijão Carne moída refogada Purê de batata Salada de acelga	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Salada de tomate	Arroz Feijão preto Carne moída com tomate Virado de abobrinha (farinha de milho)
Lanche 2 15h às 16h			Milho na manteiga Suco de morango (polpa congelada)	Torta salgada caseira Recheio de legumes (com abobrinha e cenoura) Suco de melancia	Bolo caseiro de fubá com laranja Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
Fruta			Maçã	Pera	Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.148,12	185,50	64,63%	39,29	13,69%	30,49	23,90%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.734,20	219,14	50,55%	47,92	11,05%	77,43	40,18%

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