



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 01/11/2021 a 05/11/2021

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	01/11/2021 2º FEIRA	02/11/2021 3º FEIRA	03/11/2021 4º FEIRA	04/11/2021 5º FEIRA	05/11/2021 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h			Biscoito doce Leite com café	Canjica	Maçã Leite com café
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h			Arroz Feijão Peixe ao molho Salada de cenoura	Macarrão Molho com carne em cubos Salada de repolho	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de pepino
<b>Fruta</b>			Maçã	Abacaxi	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
676,92	97,59	57,67%	28,22	16,68%	20,34	27,04%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
770,73	109,42	56,79%	33,66	17,47%	23,04	26,90%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
793,71	109,42	55,14%	33,66	16,96%	25,64	29,07%

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