



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
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
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	DIA NÃO LETIVO	DIA NÃO LETIVO	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
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h			Bolinho individual integral Suco de uva	Biscoito doce Leite com maçã	Bolinho individual Leite com café
Fruta			Maçã	Abacaxi	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
761,19	118,12	62,07%	28,91	15,19%	20,03	23,69%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
855,00	129,95	60,79%	34,34	16,07%	22,73	23,93%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
877,99	129,95	59,20%	34,34	15,65%	25,33	25,97%

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