



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 14/11/2022 a 18/11/2022

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	14/11/2022 2º FEIRA	15/11/2022 3º FEIRA	16/11/2022 4º FEIRA	17/11/2022 5º FEIRA	18/11/2022 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h			Biscoito salgado Leite com café	Flocos de milho com leite	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	<b>DIA NÃO LETIVO</b>		Arroz Feijão Carne moída com mandioquinha Virado de abobrinha (farinha de milho)	Macarrão ao alho e óleo Empanadinho de frango Salada de feijão branco com vinagrete	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Salada de chuchu
<b>Fruta</b>			Melão	Melancia	Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
836,18	113,95	54,51%	42,81	20,48%	23,55	25,35%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
920,69	125,77	54,64%	45,10	19,59%	26,58	25,99%

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