



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 05/12/2022 a 09/12/2022

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	05/12/2022 2º FEIRA	06/12/2022 3º FEIRA	07/12/2022 4º FEIRA	08/12/2022 5º FEIRA	09/12/2022 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com polpa de morango	Flocos de milho com leite	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó		Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de beterraba	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de soja em grão com vinagrete	Arroz Feijão Empanadinho de frango Creme de milho	<b>DIA NÃO LETIVO</b>	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de alface
<b>Fruta</b>	Melancia	Mamão	Melão		Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
803,93	114,75	57,09%	36,86	18,34%	22,71	25,42%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
888,65	123,11	55,42%	39,65	17,85%	27,12	27,46%

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