



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II  
CONSUMO: 04/12/2023 a 08/12/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	04/12/2023 2º FEIRA	05/12/2023 3º FEIRA	06/12/2023 4º FEIRA	07/12/2023 5º FEIRA	08/12/2023 6º FEIRA
<b>LANCHE</b>  Manhã: 07:00 - 08:00  Tarde: 15:30 - 16:30	Bolinho individual Leite com chocolate em pó	Pão com falsa ricota Leite com café	Flocos de milho com leite	Pão de forma integral com falsa ricota Leite com banana e maçã	
<b>REFEIÇÃO</b>  Manhã: 11:00 - 12:00  Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Ovos mexidos com batata e tomate Salada de grão de bico com vinagrete Melão	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Salada de abobrinha Maçã	Arroz Feijão Coxa de frango assada com batata ao molho de laranja Salada primavera (alface, acelga, cenoura ralada e tomate) Pêssego	Arroz Feijão Bife de paleta ao molho escuro Farofa rica (ovos, cenoura, tomate e cheiro verde) Salada cremosa de legumes (falsa maionese, batata, cenoura e vagem) Sorvete da alegria (com manga e banana)	<b>DIA NÃO LETIVO</b>

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
934,90	131,59	56,30%	42,38	18,13%	27,98	26,94%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.142,03	161,82	56,68%	51,97	18,20%	33,22	26,18%

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