



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2
CONSUMO: 11/11/2024 a 15/11/2024

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	11/11/2024 2º FEIRA	12/11/2024 3º FEIRA	13/11/2024 4º FEIRA	14/11/2024 5º FEIRA	15/11/2024 6º FEIRA
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Salada de cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de brócolis	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de acelga	Arroz Cuscuz de frango com tomate Salada de escarola	
Lanche 2 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão de forma integral com falsa maionese Suco de abacaxi	Canjica	
Fruta	Abacaxi		Banana		

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
748,69	122,46	65,43%	29,59	15,81%	16,63	19,99%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
950,43	152,10	64,01%	39,32	16,55%	21,48	20,34%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.030,82	164,18	63,71%	43,09	16,72%	23,35	20,39%

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