



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2  
CONSUMO: 02/12/2024 a 06/12/2024

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	02/12/2024 2º FEIRA	03/12/2024 3º FEIRA	04/12/2024 4º FEIRA	05/12/2024 5º FEIRA	06/12/2024 6º FEIRA
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de cenoura	Arroz Feijão preto Frango com tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de alface	Arroz Feijão Carne em cubos Purê de mandioquinha	Arroz Molho à bolonhesa (com carne moída) Polenta Salada de escarola
<b>Lanche 2</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Bolinho individual integral Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão de forma integral com falsa ricota Suco de melão	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com ovos mexidos Suco da horta (maracujá, limão e couve)
<b>Fruta</b>	Abacaxi		Mamão		Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
707,87	106,81	60,36%	30,89	17,45%	18,18	23,11%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
901,73	133,14	59,06%	40,29	17,87%	23,53	23,49%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
979,85	144,19	58,86%	43,94	17,94%	25,57	23,48%

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