



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio				PERÍODO: Parcial
CONSUMO: 25/11/2024 a 29/11/2024		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)				
REFEIÇÃO	25/11/2024 2º FEIRA	26/11/2024 3º FEIRA	27/11/2024 4º FEIRA	28/11/2024 5º FEIRA	29/11/2024 6º FEIRA	
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito salgado Leite com café	Bolinho individual integral Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito doce Vitamina de banana e mamão	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de brócolis	Arroz Feijão Peixe com batata, ovos, pimentão e tomate Salada de repolho	Arroz Carne moída com tomate Batata com molho branco	Arroz Feijão Carne moída refogada Farofa rica (ovos, cenoura, tomate e cheiro verde) Salada cremosa de legumes (falsa maionese, batata, cenoura e vagem)	Nhoque Molho à bolonhesa (com carne moída) Salada especial (com acelga, manga e tomate)	
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Flocos de milho com suplemento alimentar de leite e cacau (pó)	Canjica	Pão com patê de ervas (requeijão caseiro) Suco de melão	Pão com manteiga Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão de forma integral com falsa maionese Suco de melancia	
<b>Fruta</b>	Maçã		Pêssego	Abacaxi	Banana	

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.249,65	216,63	69,34%	42,29	13,54%	27,84	20,05%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.674,57	247,06	59,01%	53,22	12,71%	56,98	30,62%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
1.904,86	259,62	54,52%	57,49	12,07%	75,33	35,59%

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