



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 18/11/2024 a 22/11/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , EJA  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 19-30 anos (30%), 31-60 a anos (30%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	18/11/2024 2º FEIRA	19/11/2024 3º FEIRA	20/11/2024 4º FEIRA	21/11/2024 5º FEIRA	22/11/2024 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com maracujá	Pão forma integral com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	<b>DIA NÃO LETIVO</b>	Biscoito salgado Leite com café	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de pepino	Arroz Feijão Peixe com cenoura e tomate Salada de beterraba		Arroz Feijão preto Carne moída com abóbora Salada de tomate	Arroz com cenoura Carne moída com tomate Batata com molho branco
<b>Fruta</b>	Maçã	Melão		Melancia	Pera

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
771,48	116,49	60,40%	32,31	16,75%	20,45	23,86%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
948,93	141,69	59,73%	41,07	17,31%	24,87	23,59%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (30%)


Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
948,93	141,69	59,73%	41,07	17,31%	24,87	23,59%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
948,93	141,69	59,73%	41,07	17,31%	24,87	23,59%

#### 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