



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

REFEIÇÃO	11/12/2023 2º FEIRA	12/12/2023 3º FEIRA	13/12/2023 4º FEIRA	14/12/2023 5º FEIRA	15/12/2023 6º FEIRA
<b>LANCHE</b>  Manhã: 07:00 - 08:00  Tarde: 15:30 - 16:30	Bolinho individual Leite com café	Pão integral com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de laranja Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Flocos de milho com leite
<b>REFEIÇÃO</b>  Manhã: 11:00 - 12:00  Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de cenoura Maçã	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Salada de beterraba Melancia	Arroz Feijão Coxinha da asa Salada de pepino Banana	Macarrão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne em iscas Abóbora refogada Abacaxi

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
905,93	130,66	57,69%	40,91	18,06%	25,54	25,38%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.162,73	163,74	56,33%	55,69	19,16%	32,57	25,21%

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