



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 26/04/2021 a 30/04/2021

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 | 26/04/2021 2º FEIRA | 27/04/2021 3º FEIRA | 28/04/2021 4º FEIRA | 29/04/2021 5º FEIRA | 30/04/2021 6º FEIRA |
|---|--|---|--|--|---|
| Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h | Biscoito salgado Leite com café | Biscoito salgado Leite com chocolate em pó | Pão de forma integral com falsa ricota Leite com café | Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó | Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão carioca Ovos mexidos Salada de cenoura | Arroz Feijão carioca Frango com tomate Salada de repolho | Arroz Feijão carioca Carne em iscas com legumes Salada de abobrinha | Macarrão Molho com carne moída Salada de chuchu | Arroz Feijão preto Carne em iscas com legumes Salada de couve com tomate |
| Fruta | Maçã | | Caqui | Mamão | Banana |

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

| Energia (Kcal) | Proteína (g) | Lípido (g) | Carboidrato (g) |
|----------------|-----------------|-----------------|------------------|
| 702,43 | 30,69 17,48% | 19,32 24,75% | 102,85 58,57% |

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

| Energia (Kcal) | Proteína (g) | Lípido (g) | Carboidrato (g) |
|----------------|-----------------|-----------------|------------------|
| 815,28 | 37,04 18,17% | 21,80 24,07% | 118,78 58,28% |

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

| Energia (Kcal) | Proteína (g) | Lípido (g) | Carboidrato (g) |
|----------------|-----------------|-----------------|------------------|
| 815,28 | 37,04 18,17% | 21,80 24,07% | 118,78 58,28% |

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 nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas