



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral | | TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio | | | | PERÍODO: Integral |
|---------------------------------------|---|---|--|---|---|-------------------|
| CONSUMO: 03/05/2021 a 07/05/2021 | | FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%) | | | | |
| REFEIÇÃO | 03/05/2021 2º FEIRA | 04/05/2021 3º FEIRA | 05/05/2021 4º FEIRA | 06/05/2021 5º FEIRA | 07/05/2021 6º FEIRA | |
| Lanche 1 8 às 9h | Biscoito salgado Leite com chocolate em pó | Bolinho individual Leite com café | Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Pão com falsa ricota Leite com chocolate em pó | Biscoito doce Leite com café | |
| Refeição 11h às 12h | Arroz Feijão carioca Carne em iscas com legumes Salada de acelga | Arroz Feijão carioca Frango com tomate Salada de cenoura | Arroz Feijão carioca Carne moída com batata Salada de escarola com tomate | Arroz Feijão preto Carne em iscas com legumes Couve refogada | Macarrão Molho com carne moída Salada de alface | |
| Lanche 2 14h30 às 15h30 | Flocos de milho com leite | Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Biscoito salgado Leite com café | Bolinho individual Suco de uva | Pão com patê de atum com falsa maionese Suco de melancia | |
| Fruta | Melancia | | Tangerina | Maçã | Banana | |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.139,82 | 170,83 | 59,95% | 45,85 | 16,09% | 31,10 | 24,56% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.533,17 | 221,33 | 57,74% | 62,22 | 16,23% | 45,11 | 26,48% |

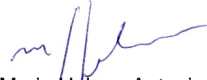
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.915,45 | 280,36 | 58,55% | 77,64 | 16,21% | 54,35 | 25,54% |

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