



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio				PERÍODO: Parcial
CONSUMO: 03/05/2021 a 07/05/2021		FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)				
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	
<b>Lanche 1</b> 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Mistura para bolo (simples) 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	
<b>Refeição</b> 10 às 12h/ 12 às 13h	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 berinjela Salada de escarola com tomate	Arroz Feijão preto Carne em iscas com legumes Couve refogada	Macarrão Molho com carne moída Salada de alface	
<b>Fruta</b>	Melancia	Pera	Tangerina	Maçã	Banana	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
703,17	101,22	57,58%	32,69	18,60%	19,02	24,35%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
802,26	114,72	57,20%	39,42	19,65%	20,89	23,43%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
802,26	114,72	57,20%	39,42	19,65%	20,89	23,43%

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