



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1  
CONSUMO: 17/05/2021 a 21/05/2021

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	17/05/2021 2º FEIRA	18/05/2021 3º FEIRA	19/05/2021 4º FEIRA	20/05/2021 5º FEIRA	21/05/2021 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b>  7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Leite com chocolate em pó	Flocos de milho com leite
<b>Refeição</b>  10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão carioca Molho com atum Chuchu refogado	Arroz Feijão preto Lombo suíno ao molho escuro Repolho refogado	Arroz Feijão carioca Peixe com batata e tomate Salada de alface	Risoto de frango Feijão carioca Salada de cenoura	Arroz Feijão carioca Frango com batata
<b>Fruta</b>	Melancia	Maçã	Melão	Maçã	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
703,13	107,09	60,92%	30,18	17,17%	17,66	22,60%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
816,32	123,84	60,68%	36,65	17,96%	19,80	21,82%

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