



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 14/06/2021 a 18/06/2021

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 | 14/06/2021 2º FEIRA | 15/06/2021 3º FEIRA | 16/06/2021 4º FEIRA | 17/06/2021 5º FEIRA | 18/06/2021 6º FEIRA |
|---|---|---|---|---|--|
| Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h | Biscoito doce Leite com chocolate em pó | Pão com creme vegetal Leite com café | Flocos de milho com leite | Pão com creme vegetal Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) | Bolinho individual Leite com café |
| Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz Feijão carioca Frango com abobrinha | Arroz Feijão carioca Atum com batata Salada de cenoura | Arroz Feijão carioca Carne moída com berinjela e tomate | Arroz Feijão carioca Frango moído ao molho Salada de repolho | Arroz Feijão carioca Frango com tomate Couve refogada |
| Fruta | Maçã | | Banana | Maçã | Mamão |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 722,25 | 108,20 | 59,92% | 31,99 | 17,72% | 18,32 | 22,83% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 837,55 | 124,57 | 59,49% | 39,15 | 18,70% | 20,51 | 22,04% |

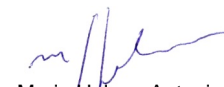
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (30%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 884,41 | 124,57 | 56,34% | 39,15 | 17,71% | 25,81 | 26,27% |

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