



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 2  
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<br>2º FEIRA                          | 15/06/2021<br>3º FEIRA  | 16/06/2021<br>4º FEIRA  | 17/06/2021<br>5º FEIRA  | 18/06/2021<br>6º FEIRA   |
|---|---|---|---|---|--|
| <b>Refeição</b><br>10 às 12h/ 12 às 13h | Arroz<br>Feijão carioca<br>Frango com abobrinha | Arroz<br>Feijão carioca<br>Atum com batata<br>Salada de cenoura | Arroz<br>Feijão carioca<br>Carne moída com berinjela e tomate | Arroz<br>Feijão carioca<br>Frango moído ao molho<br>Salada de repolho | Arroz<br>Feijão carioca<br>Frango com tomate<br>Couve refogada |
| <b>Lanche 2</b><br>7 às 8h/ 15 às 16h   | Pão com creme vegetal<br>Suco de uva            | Pão com requeijão caseiro<br>Leite com chocolate em pó          | Biscoito doce<br>Leite com café                               | Flocos de milho com leite   | Pão de forma integral com creme vegetal<br>Suco de abacaxi     |
| <b>Fruta</b>                            | Maçã  |   | Banana  | Maçã  | Mamão  |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 679,79         | 106,77          | 62,83% | 29,71        | 17,48% | 15,58       | 20,63% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 795,09         | 123,14          | 61,95% | 36,87        | 18,55% | 17,77       | 20,11% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 841,94         | 123,14          | 58,50% | 36,87        | 17,52% | 23,07       | 24,66% |

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