



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 07/06/2021 a 11/06/2021

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II, Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	07/06/2021 2º FEIRA	08/06/2021 3º FEIRA	09/06/2021 4º FEIRA	10/06/2021 5º FEIRA	11/06/2021 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão com creme vegetal Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolinho individual Leite com café	Pão com creme vegetal Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão carioca Peito de frango em cubos com tomate	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos com abobrinha Salada de tomate	Arroz Feijão carioca Frango com batata	Arroz Feijão carioca Carne refogada Salada de alface	Arroz Feijão carioca Frango com cenoura
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Bolinho individual Leite com café	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com creme vegetal Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Leite com café	Pão com patê de atum com falsa maionese Suco de melancia
<b>Fruta</b>	Abacaxi		Maçã	Mamão	Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.177,54	171,81	58,36%	46,79	15,89%	34,40	26,29%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.706,79	241,05	56,49%	66,35	15,55%	53,78	28,36%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.980,37	283,18	57,20%	76,66	15,48%	60,76	27,61%

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