



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 14/06/2021 a 18/06/2021

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 | 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 8 às 9h | 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 11h às 12h | 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 |
| Lanche 2 14h30 às 15h30 | Pão com creme vegetal Suco de uva | Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó | Biscoito doce Leite com café | Flocos de milho com leite | Pão de forma integral com creme vegetal Suco de abacaxi |
| Fruta | Maçã | | Banana | Maçã | Mamão |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.110,93 | 170,44 | 61,37% | 43,66 | 15,72% | 29,24 | 23,69% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.656,68 | 243,69 | 58,84% | 64,67 | 15,61% | 48,19 | 26,18% |

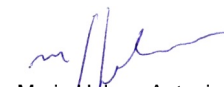
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 1.893,73 | 281,33 | 59,42% | 74,19 | 15,67% | 53,45 | 25,40% |

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