



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral  
CONSUMO: 21/06/2021 a 25/06/2021

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	21/06/2021 2º FEIRA	22/06/2021 3º FEIRA	23/06/2021 4º FEIRA	24/06/2021 5º FEIRA	25/06/2021 6º FEIRA
<b>Lanche 1</b> 8 às 9h	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Flocos de milho com leite	Pão de forma integral com creme vegetal Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
<b>Refeição</b> 11h às 12h	Arroz Feijão carioca Frango Chuchu refogado	Arroz Feijão carioca Lombo suíno ao molho escuro Batata sauté	Arroz Feijão carioca Peito de frango em cubos com tomate Farofa de cenoura	Macarrão Molho com frango Salada de alface	Arroz Feijão carioca Peixe com tomate e pimentão Salada de beterraba
<b>Lanche 2</b> 14h30 às 15h30	Pão com creme vegetal Suco da horta (maracujá, limão e couve)	Biscoito doce Leite com café	Biscoito salgado Leite com banana e maçã	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão Molho com frango Suco de uva
<b>Fruta</b>	Pera		Mamão	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.155,80	172,20	59,59%	46,05	15,94%	32,48	25,29%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.696,43	244,46	57,64%	67,55	15,93%	51,08	27,10%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.946,75	282,62	58,07%	77,65	15,95%	57,37	26,52%

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