



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1 CONSUMO: 07/06/2021 a 11/06/2021		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)			PERÍODO: Parcial	
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	
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com creme vegetal Leite com café	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com creme vegetal Leite com chocolate em pó	
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão carioca Peito de frango em cubos com tomate	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos com abobrinha Salada de tomate	Arroz Feijão carioca Carne em iscas com legumes	Arroz Feijão carioca Lagarto com cenoura	Arroz Feijão carioca Carne refogada Salada de couve-flor	
Fruta	Maçã	Abacaxi	Maçã	Banana	Mamão	

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
728,58	108,76	59,71%	31,20	17,13%	19,24	23,76%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
846,89	125,21	59,14%	38,19	18,04%	21,78	23,15%

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