



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
CONSUMO: 05/07/2021 a 09/07/2021

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	05/07/2021 2º FEIRA	06/07/2021 3º FEIRA	07/07/2021 4º FEIRA	08/07/2021 5º FEIRA	09/07/2021 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão com creme vegetal Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com café	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão preto Peito de frango em cubos com tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão carioca Peixe com batata e tomate Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz Lentilha Carne em cubos com mandioca	Macarrão Molho com frango (coxa e sobrecoxa) Salada de couve-flor	
Fruta	Abacaxi		Banana	Mamão	

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
703,37	100,55	57,18%	31,84	18,10%	19,90	25,46%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
824,88	117,33	56,90%	38,88	18,85%	22,68	24,75%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
852,11	117,33	55,08%	38,88	18,25%	25,76	27,21%

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