



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Complementar Lanche 1 CONSUMO: 16/08/2021 a 20/08/2021		TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)			PERÍODO: Parcial
REFEIÇÃO	16/08/2021 2º FEIRA	17/08/2021 3º FEIRA	18/08/2021 4º FEIRA	19/08/2021 5º FEIRA	20/08/2021 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h/ 15 às 16h	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Pão com creme vegetal Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Banana Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café
Refeição 10 às 12h/ 12 às 13h	Arroz Feijão carioca Frango com abóbora Salada de acelga	Arroz Feijão Carne moída com mandioquinha Salada de abobrinha	Arroz integral Feijão Lombo suíno em cubos Batata sauté	Arroz Feijão Molho com frango Polenta Salada de almeirão	Arroz Feijão Frango moído com cenoura Salada de couve-flor
Fruta	Melancia	Abacaxi	Mamão	Maçã	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
753,17	111,62	59,28%	33,52	17,80%	20,09	24,01%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
880,97	129,68	58,88%	40,73	18,50%	22,96	23,45%

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 nº06, de 08 de maio de 2020.



Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas