



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Integral	TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II				PERÍODO: Integral
CONSUMO: 06/09/2021 a 10/09/2021	FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%)				
REFEIÇÃO	06/09/2021 2º FEIRA	07/09/2021 3º FEIRA	08/09/2021 4º FEIRA	09/09/2021 5º FEIRA	10/09/2021 6º FEIRA
Lanche 1 7 às 8h			Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Canjica
Colação 9 às 10h			Mamão	Abacaxi	Pera
Refeição 12h às 13h	<b>DIA NÃO LETIVO</b>		Arroz Feijão Peixe com batata e tomate Salada de alface com beterraba	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Salada de almeirão	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Cenoura refogada
Lanche 2 15h às 16h			Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de uva	Bolo caseiro simples Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Leite com café
Fruta			Maçã	Banana	Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.197,47	180,67	60,35%	40,80	13,63%	36,39	27,35%

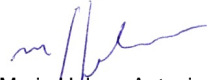
### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.679,70	242,29	57,70%	56,90	13,55%	55,61	29,80%

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