PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPINAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMPINAS
DEPARTAMENTO DE APOIO À ESCOLA
COORDENADORIA DE NUTRIÇÃO

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CEASA CAMPINAS

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar Lanche 1
TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
CONSUMO: 22/11/2021 a 26/11/2021
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%), 16-18 anos (30%)
PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	22/11/2021 2º FEIRA	23/11/2021 3º FEIRA	24/11/2021 4º FEIRA	25/11/2021 5º FEIRA	26/11/2021 6º FEIRA
Lanche 1 **7 às 8h/ 15 às 16h**	Biscoito salgado Leite com café	Pão de forma integral com manteiga Leite com maçã	Biscoito doce Leite com café	Maçã Leite com polpa de morango	Bolinho individual integral Leite com café
Refeição **10 às 12h/ 12 às 13h**	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de chuchu	Arroz com cenoura Feijão Carne em cubos com tomate Abobrinha refogada	Arroz Feijão Lombo em cubos com mandioquinha Couve refogada	Arroz Molho com carne em cubos Salada de soja em grão com vinagrete	Arroz Feijão Frango com abóbora Salada de berinjela
Fruta	Maçã		Abacaxi	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
698,57	103,09	59,03%	28,92	16,56%	20,08	25,87%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
804,82	116,72	58,01%	35,49	17,64%	22,79	25,49%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
837,17	116,72	55,77%	35,49	16,96%	26,45	28,44%

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