



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Lanche PERÍODO: 03/02/2020 a 07/02/2020		<b>CARDÁPIO SEMANAL</b>			TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental, Ensino Médio FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (20%), 11 a 15 anos (20%), 16 a 18 anos (20%)	
REFEIÇÃO	03/02/2020 2º FEIRA	04/02/2020 3º FEIRA	05/02/2020 4º FEIRA	06/02/2020 5º FEIRA	07/02/2020 6º FEIRA	
<b>Lanche 2</b> 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Biscoito doce Leite com mamão	Biscoito salgado Suco de melancia	Flocos de milho com leite	Bolinho individual Leite com café	Pão com falsa maionese Suco de maracujá	
<b>Fruta</b>	Maçã		Banana		Mamão	

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 a 10 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
327,53	59,65	2,60	8,31	7,30	97,05	33,77	148,88	36,28	2,02	1,83

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 a 15 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
327,53	59,65	2,60	8,31	7,30	97,05	33,77	148,88	36,28	2,02	1,83

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 a 18 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
327,53	59,65	2,60	8,31	7,30	97,05	33,77	148,88	36,28	2,02	1,83

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