



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Lanche PERÍODO: 13/05/2019 a 17/05/2019		<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	13/05/2019 2º FEIRA	14/05/2019 3º FEIRA	15/05/2019 4º FEIRA	16/05/2019 5º FEIRA	17/05/2019 6º FEIRA	
<b>REFEIÇÃO</b>						
<b>Manhã: 09:30 - 10:30</b>	Biscoito salgado	Pão com requeijão caseiro	Bolinho individual	Pão com requeijão caseiro	Pão com patê de ervas	
<b>Tarde: 15:00 - 16:00</b>	Leite com café	Leite com chocolate em pó	Suco de uva integral	Leite com banana e aveia	Suco de maracujá	
<b>Noite: 19:00 - 20:00</b>	Melancia		Tangerina		Banana	

### 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)
343,73	58,72	2,20	10,79	8,08	210,16	22,78	191,01	33,32	3,81	2,24

### 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)
481,22	82,20	3,07	15,11	11,31	294,22	31,89	267,41	46,65	5,33	3,14

### 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)
549,97	93,95	3,51	17,27	12,93	336,25	36,45	305,61	53,31	6,09	3,59

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