



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 30/01/2023 a 03/02/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	30/01/2023 2º FEIRA	31/01/2023 3º FEIRA	01/02/2023 4º FEIRA	02/02/2023 5º FEIRA	03/02/2023 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão vegano Leite com café	Pão com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro de banana Leite com chocolate em pó	Pão integral com manteiga Suco de morango (polpa congelada)
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Creme de milho Melão	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de pepino com tomate Mamão	Arroz Feijão Filé mignon suíno Cenoura refogada Abacaxi	Macarrão Molho rosê com carne moída Salada de alface Melancia	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Salada de soja em grão com vinagrete Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
825,87	113,40	54,92%	35,88	17,38%	25,99	28,32%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.057,48	147,19	55,68%	46,27	17,50%	31,81	27,07%

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