



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Refeição  
CONSUMO: 05/02/2024 a 09/02/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , EJA  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 19-30 anos (20%), 31-60 a  
anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	05/02/2024 2º FEIRA	06/02/2024 3º FEIRA	07/02/2024 4º FEIRA	08/02/2024 5º FEIRA	09/02/2024 6º FEIRA
<b>Refeição</b>  9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Frango (desfiado) com batata e tomate Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Abobrinha refogada	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface	Arroz Feijão com carne em iscas Farofa de cenoura Salada vinagrete	Macarrão Molho com frango desfiado Salada de feijão branco com vinagrete
<b>Fruta</b>	Melão	Maçã	Banana	Goiaba	Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
511,35	78,14	61,13%	26,26	20,54%	11,22	19,74%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
661,89	99,75	60,28%	33,37	20,17%	14,96	20,34%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
661,89	99,75	60,28%	33,37	20,17%	14,96	20,34%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
661,89	99,75	60,28%	33,37	20,17%	14,96	20,34%

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 hortifrútu  
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