



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 31/01/2022 a 04/02/2022

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio , EJA
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%), 19-30 a
anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	31/01/2022 2º FEIRA	01/02/2022 3º FEIRA	02/02/2022 4º FEIRA	03/02/2022 5º FEIRA	04/02/2022 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h	DIA NÃO LETIVO		Arroz Feijão Bolinhos de carne ao molho Salada de tomate	Nhoque de soja ao sugo Abobrinha refogada	Arroz Feijão Frango com tomate Salada de beterraba
Fruta	DIA NÃO LETIVO		Mamão	Maçã	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
386,65	62,18	64,33%	17,01	17,60%	8,51	19,82%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
500,68	75,16	60,05%	20,08	16,04%	14,09	25,32%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
526,67	80,89	61,43%	20,61	15,65%	14,11	24,11%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
491,79	75,31	61,25%	20,12	16,36%	13,01	23,81%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
491,79	75,31	61,25%	20,12	16,36%	13,01	23,81%

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