



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Integral
CONSUMO: 20/02/2023 a 24/02/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II, Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (70%), 11-15 anos (70%), 16-18 anos (70%)

PERÍODO: Integral

REFEIÇÃO	20/02/2023 2º FEIRA	21/02/2023 3º FEIRA	22/02/2023 4º FEIRA	23/02/2023 5º FEIRA	24/02/2023 6º FEIRA
Lanche 1 8 às 9h				Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolinho individual Leite com chocolate em pó
Refeição 11h às 12h	DIA NÃO LETIVO			Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Salada de beterraba	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de repolho
Lanche 2 14h30 às 15h30				Ovos mexidos Suco de uva integral	Canjica
Fruta				Melancia	Maçã

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.032,53	157,07	60,85%	40,86	15,83%	27,85	24,27%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.229,00	184,59	60,08%	51,76	16,85%	32,36	23,70%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.321,49	195,61	59,21%	57,76	17,48%	34,93	23,79%

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