



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 13/02/2023 a 17/02/2023

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	13/02/2023 2º FEIRA	14/02/2023 3º FEIRA	15/02/2023 4º FEIRA	16/02/2023 5º FEIRA	17/02/2023 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Couve refogada	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de repolho	Arroz Feijão Carne moída refogada Batata sauté	Risoto de carne em cubos com legumes Feijão Salada de cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de chuchu
Fruta	Melancia	Abacaxi	Maçã	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
495,82	78,85	63,61%	23,76	19,17%	10,10	18,33%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
681,09	106,78	62,71%	33,44	19,64%	13,73	18,14%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
566,57	78,53	55,45%	31,50	22,24%	15,06	23,92%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
681,09	106,78	62,71%	33,44	19,64%	13,73	18,14%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
681,09	106,78	62,71%	33,44	19,64%	13,73	18,14%

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