



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Refeição
CONSUMO: 19/02/2024 a 23/02/2024

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	19/02/2024 2º FEIRA	20/02/2024 3º FEIRA	21/02/2024 4º FEIRA	22/02/2024 5º FEIRA	23/02/2024 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata Salada de tomate	Arroz Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho Legumes refogados (cenoura, abobrinha e vagem)	Arroz Feijão Empanadinho de frango Creme de milho	Arroz Bife de paleta com tomate Salada de grão de bico com vinagrete	Nhoque de soja Molho à bolonhesa (com carne moída) Salada de escarola com cenoura
Fruta	Maçã	Melancia	Banana	Melão	Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
515,65	74,70	57,95%	26,37	20,46%	13,25	23,12%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
672,50	95,66	56,90%	35,32	21,01%	17,19	23,00%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
672,50	95,66	56,90%	35,32	21,01%	17,19	23,00%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
672,50	95,66	56,90%	35,32	21,01%	17,19	23,00%

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