PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPINAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMPINAS
DEPARTAMENTO DE APOIO À ESCOLA
COORDENADORIA DE NUTRIÇÃO

# PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CEASA CAMPINAS

TIPO DE CARDÁPIO: N
TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 28/03/2022 a 01/04/2022
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%)
PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO | 28/03/2022<br>2º FEIRA | 29/03/2022<br>3º FEIRA | 30/03/2022<br>4º FEIRA | 31/03/2022<br>5º FEIRA | 01/04/2022<br>6º FEIRA |
|---|---|---|---|---|---|
| **LANCHE**<br>**Manhã: 07:00 - 08:00**<br>**Tarde: 15:30 - 16:30** | Biscoito<br>Leite com café | Pão de forma integral com manteiga<br>Suco de abacaxi | Canjica | Pão com requeijão caseiro<br>Leite com banana e mamão | Mistura para bolo (com banana)<br>Leite com café |
| **REFEIÇÃO**<br>**Manhã: 11:00 - 12:00**<br>**Tarde: 12:00 - 13:00** | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com tomate<br>Salada de acelga<br>Maçã | Arroz<br>Feijão<br>Carne moída refogada<br>Mix de legumes refogado | Arroz<br>Feijão<br>Carne moída ao molho<br>Salada de alface<br>Banana | Arroz<br>Feijão<br>Carne em cubos com chuchu e tomate<br>Acelga refogada<br>Melancia | Arroz<br>Feijão<br>Empanadinho de frango<br>Salada de beterraba com tomate<br>Salada de frutas (banana, laranja e maçã) |

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (30%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1.125,46 | 195,97 | 69,65% | 41,98 | 14,92% | 23,73 | 18,98% |

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1.264,67 | 209,65 | 66,31% | 47,29 | 14,96% | 30,63 | 21,80% |

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