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: EE Misto
TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
CONSUMO: 20/03/2023 a 24/03/2023
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%)
PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO | 20/03/2023<br>2º FEIRA | 21/03/2023<br>3º FEIRA | 22/03/2023<br>4º FEIRA | 23/03/2023<br>5º FEIRA | 24/03/2023<br>6º FEIRA |
|---|---|---|---|---|---|
| **Misto**<br>**9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h** | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com batata e tomate<br>Salada de pepino | Arroz integral com cenoura<br>Feijão<br>Carne em cubos<br>Berinjela refogada | Canjica | Arroz<br>Feijão<br>Proteína de soja com mandioca e tomate<br>Salada de alface | Pão com falsa maionese<br>Suco de uva integral |
| **Fruta** | Melão | Maçã | Mamão | Banana | Goiaba |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 440,67 | 80,14 | 72,75% | 14,73 | 13,37% | 7,73 | 15,79% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 573,03 | 100,55 | 70,19% | 20,52 | 14,32% | 10,81 | 16,99% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lipídeo (g) | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 624,81 | 108,69 | 69,58% | 22,73 | 14,55% | 11,97 | 17,24% |

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