



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
CONSUMO: 06/03/2023 a 10/03/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO | 06/03/2023 2º FEIRA | 07/03/2023 3º FEIRA | 08/03/2023 4º FEIRA | 09/03/2023 5º FEIRA | 10/03/2023 6º FEIRA |
|---|--|--|---|---|---|
| LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30 | Flocos de milho com leite | Pão com manteiga Leite com café | Biscoito doce Leite com abacate | Açaí com banana | Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó |
| REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00 | Arroz Feijão Carne em cubos com batata Salada de beterraba Melão | Arroz integral com cenoura Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de abobrinha Melancia | Macarrão ao alho e óleo Bolinho de carne ao molho Salada de pepino Salada de frutas com manga (banana, laranja, maçã, mamão e manga) | Arroz Feijão Filé mignon suíno Salada de escarola com tomate Goiaba | Risoto de frango em cubos com legumes Feijão Salada de alface Maçã |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 791,51 | 117,15 | 59,20% | 32,11 | 16,23% | 23,26 | 26,45% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípido (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 1.020,42 | 149,24 | 58,50% | 42,47 | 16,65% | 29,84 | 26,32% |

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