



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 13/03/2023 a 17/03/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	13/03/2023 2º FEIRA	14/03/2023 3º FEIRA	15/03/2023 4º FEIRA	16/03/2023 5º FEIRA	17/03/2023 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Pão com manteiga Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com café	Canjica	Pão integral com manteiga Leite com banana	Mistura para bolo (com banana) Suco de uva integral
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Chuchu refogado Pera	Arroz integral com brócolis Feijão Frango com tomate Salada de repolho Abacaxi	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Purê de mandioquinha Banana	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de beterraba Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Carne em cubos com chuchu Salada de soja em grão com vinagrete Cauqui

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
812,54	131,02	64,50%	30,55	15,04%	19,82	21,95%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.007,11	158,91	63,12%	39,28	15,60%	25,04	22,38%

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 hortifrúdos
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