



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 18/03/2024 a 22/03/2024 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	18/03/2024 2º FEIRA	19/03/2024 3º FEIRA	20/03/2024 4º FEIRA	21/03/2024 5º FEIRA	22/03/2024 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito doce Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Pão de forma integral com manteiga Vitamina de banana e maçã (com leite)	Pão com requeijão caseiro Suco de uva integral	Bolinho individual Suplemento alimentar de leite e cacau (em pó)	Flocos de milho com leite
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Carne com batata Salada de feijão branco com vinagrete Abacaxi	Arroz integral Feijão Carne com tomate Salada de acelga Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface Mamão	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de repolho Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Nhoque Molho com carne Salada de almeirão com tomate Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
742,90	117,98	63,53%	31,50	16,96%	17,45	21,14%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
932,52	143,22	61,43%	41,20	17,67%	22,99	22,19%

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