



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Progr. Mais Educação PERÍODO: 09/03/2020 a 13/03/2020		<b>CARDÁPIO SEMANAL</b>			TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (20%), 11 a 15 anos (20%)	
REFEIÇÃO	09/03/2020 2º FEIRA	10/03/2020 3º FEIRA	11/03/2020 4º FEIRA	12/03/2020 5º FEIRA	13/03/2020 6º FEIRA	
<b>LANCHE</b>						
<b>OFICINAS</b>						
<b>Manhã: 09:30 - 10:30</b>	Biscoito salgado Suco individual	Pão de forma integral com requeijão caseiro Suco individual	Biscoito salgado Suco individual	Bolinho individual Suco individual	Biscoito salgado Suco individual	
<b>Tarde: 15:00 - 16:00</b>						

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 a 10 anos (20%)										
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
194,78	36,10	1,31	5,17	3,68	9,28	146,00	46,16	24,36	0,40	0,26

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 a 15 anos (20%)										
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
194,78	36,10	1,31	5,17	3,68	9,28	146,00	46,16	24,36	0,40	0,26

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 nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli  
CRN3 5698  
Responsável Técnica - Nutricionista  
Prefeitura Municipal de Campinas