



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 08/05/2023 a 12/05/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II, Ensino Médio, EJA
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%), 19-30 a
anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	08/05/2023 2º FEIRA	09/05/2023 3º FEIRA	10/05/2023 4º FEIRA	11/05/2023 5º FEIRA	12/05/2023 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Salada de chuchu	Arroz integral com cenoura Escondidinho de batata com frango Salada de pepino	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Salada de alface com cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de almeirão	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de acelga
Fruta	Pera	Abacaxi	Tangerina	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
471,56	73,84 62,63%	23,09 19,59%	10,19 19,46%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
637,53	98,19 61,61%	30,67 19,24%	14,31 20,20%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
528,21	69,36 52,53%	30,12 22,81%	15,78 26,89%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
637,53	98,19 61,61%	30,67 19,24%	14,31 20,20%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
637,53	98,19 61,61%	30,67 19,24%	14,31 20,20%

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 hortifrutis.
Cardápio sujeito a alterações.
Horário sugerido das refeições.
Cardápio elaborado conforme Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020.



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