



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 05/06/2023 a 09/06/2023

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 | 05/06/2023 2º FEIRA | 06/06/2023 3º FEIRA | 07/06/2023 4º FEIRA | 08/06/2023 5º FEIRA | 09/06/2023 6º FEIRA |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Refeição 9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h | Arroz Feijão Carne em iscas com batata Salada de beterraba | Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de abobrinha | Arroz Feijão Proteína de soja com cenoura e tomate Salada de alface | DIA NÃO LETIVO | Risoto com carne em iscas, cenoura e tomate Feijão Salada de tomate |
| Fruta | Melão | Melancia | Banana | | Maçã |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 459,94 | 74,42 | 64,72% | 21,11 | 18,36% | 9,41 | 18,42% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 596,04 | 95,79 | 64,28% | 27,27 | 18,30% | 12,23 | 18,46% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 650,53 | 104,34 | 64,16% | 29,73 | 18,28% | 13,35 | 18,48% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 596,04 | 95,79 | 64,28% | 27,27 | 18,30% | 12,23 | 18,46% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 596,04 | 95,79 | 64,28% | 27,27 | 18,30% | 12,23 | 18,46% |

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 hortifrútu
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