



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N PERÍODO: 24/06/2019 a 28/06/2019		CARDÁPIO SEMANAL			TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (30%), 11 a 15 anos (30%)	
REFEIÇÃO	24/06/2019 2º FEIRA	25/06/2019 3º FEIRA	26/06/2019 4º FEIRA	27/06/2019 5º FEIRA	28/06/2019 6º FEIRA	
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com maçã e aveia	Bolo simples Leite com café	Pão de queijo Suco de uva integral	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz integral Feijão carioca Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de acelga Abacaxi	Arroz Cuscuz de atum com ovos e tomate Salada de feijão branco com vinagrete Gelatina	Arroz Feijão preto Pernil moído com legumes Escarola refogada Tangerina	Sopa com macarrão, batata, abóbora, chuchu e tomate Frango	Pão Molho com frango Pão de ló Recheio de abacaxi (com amido de milho) Cobertura de leite em pó (com amido de milho) Suco de uva integral	

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

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
681,33	104,48	6,45	25,46	18,61	191,54	49,33	275,87	89,85	4,57	3,01

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

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
681,33	104,48	6,45	25,46	18,61	191,54	49,33	275,87	89,85	4,57	3,01

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