



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: FUMEC
CONSUMO: 03/07/2023 a 07/07/2023

TIPO DE ENSINO: EJA
FAIXA ETÁRIA: 19-30 anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	03/07/2023 2º FEIRA	04/07/2023 3º FEIRA	05/07/2023 4º FEIRA	06/07/2023 5º FEIRA	07/07/2023 6º FEIRA
REFEIÇÃO					
Manhã: 08:30 - 10:30	Bolinho individual Suco individual Maçã	Pão Molho de tomate caseiro com carne em cubos Suco individual Maçã	Pão Molho de tomate caseiro com frango (sassami) Suco individual Banana	Pão Molho de tomate caseiro com carne em cubos Suco individual Maçã	Pão integral Molho de tomate caseiro com frango (sassami) Suco individual Banana
Tarde: 14:00 - 16:00					
Noite: 18:30 - 20:30					

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
502,31	95,33	75,92%	18,92	15,07%	6,70	12,00%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
502,31	95,33	75,92%	18,92	15,07%	6,70	12,00%

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