



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 03/07/2023 a 07/07/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) 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
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	Biscoito salgado Leite com abacate	Bolo caseiro de maçã Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz com cenoura Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de abobrinha Melão	Arroz Feijão Carne em cubos com mandioquinha Salada de couve-flor Melancia	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de pepino Salada de frutas (banana, laranja, maçã, mamão)	Arroz Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté Mamão	Sopa com macarrão, mix de legumes (congelado) Frango Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
799,77	110,18	55,11%	32,16	16,08%	26,55	29,88%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
993,33	140,02	56,38%	37,88	15,25%	32,25	29,22%

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