



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 17/06/2024 a 21/06/2024

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 | 17/06/2024 2º FEIRA | 18/06/2024 3º FEIRA | 19/06/2024 4º FEIRA | 20/06/2024 5º FEIRA | 21/06/2024 6º FEIRA |
|--|---|---|--|--|---|
| Refeição 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h | Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Salada de acelga | Arroz integral Feijão Coxa de frango com tomate Salada de pepino | Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de repolho | Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface | Pão Molho com carne Suco misto de goiaba e maçã Pipoca |
| Fruta | Melão | | Banana | | Melancia |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeo (g) |
|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 490,22 | 70,81 57,78% | 25,33 20,67% | 12,25 22,49% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeo (g) |
|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 649,94 | 95,52 58,78% | 33,12 20,38% | 15,44 21,38% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeo (g) |
|----------------|------------------|-----------------|-----------------|
| 713,94 | 105,40 59,05% | 36,23 20,30% | 16,73 21,09% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeo (g) |
|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 649,94 | 95,52 58,78% | 33,12 20,38% | 15,44 21,38% |


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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeo (g) |
|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 649,94 | 95,52 58,78% | 33,12 20,38% | 15,44 21,38% |

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