



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , EJA
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 19-30 anos (20%), 31-60 a
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 à s 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão preto Carne em cubos com legumes Salada de tomate	Arroz integral Feijão Empanadinho de frango Salada de pepino	Arroz Feijão Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de alface	Arroz Feijão Coxa de frango com tomate Milho refogado	Pão Molho com carne Suco misto de goiaba e maçã Pipoca
Fruta	Abacaxi	Maçã	Banana	Mamão	Bananinha individual

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
561,10	80,82	57,62%	30,02	21,40%	13,92	22,32%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
736,88	106,16	57,63%	39,94	21,68%	17,62	21,53%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
736,88	106,16	57,63%	39,94	21,68%	17,62	21,53%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
736,88	106,16	57,63%	39,94	21,68%	17,62	21,53%

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