



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Refeição  
CONSUMO: 01/07/2024 a 05/07/2024

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	01/07/2024 2º FEIRA	02/07/2024 3º FEIRA	03/07/2024 4º FEIRA	04/07/2024 5º FEIRA	05/07/2024 6º FEIRA
<b>Refeição</b>  9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz integral Feijão Frango em cubos com legumes Farofa de cenoura Salada de tomate	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Purê de mandioquinha	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de chuchu	Arroz Feijão preto Coxinha da asa Salada de alface	Macarrão Molho de tomate caseiro com proteína de soja Salada de escarola
<b>Fruta</b>	Bananinha individual	Maçã	Banana	Melancia	Tangerina

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
544,82	81,65	59,95%	27,75	20,38%	12,65	20,90%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
745,04	107,63	57,78%	40,01	21,48%	17,62	21,29%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
745,04	107,63	57,78%	40,01	21,48%	17,62	21,29%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
745,04	107,63	57,78%	40,01	21,48%	17,62	21,29%

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