



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
CONSUMO: 25/07/2022 a 29/07/2022 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	25/07/2022 2º FEIRA	26/07/2022 3º FEIRA	27/07/2022 4º FEIRA	28/07/2022 5º FEIRA	29/07/2022 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Flocos de milho com leite	Biscoito salgado Leite com banana e mamão	Mistura para bolo (com laranja) Leite com café	Ovos mexidos Suco de abacaxi (polpa congelada)	Pão com manteiga Leite com polpa de morango
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Farofa de couve Melão	Arroz Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Salada de acelga	Nhoque de soja ao sugo Salada de grão de bico com vinagrete Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz integral com cenoura Feijão Carne moída ao molho Polenta Salada de escarola com tomate Maçã	Arroz Feijão Escondidinho de batata com carne moída Salada de beterraba Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.017,75	180,55	70,96%	35,73	14,04%	21,44	18,96%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
1.117,47	190,78	68,29%	40,61	14,54%	25,71	20,71%

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