



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Misto  
CONSUMO: 31/07/2023 a 04/08/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II, Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO  | 31/07/2023<br>2º FEIRA   | 01/08/2023<br>3º FEIRA  | 02/08/2023<br>4º FEIRA                  | 03/08/2023<br>5º FEIRA  | 04/08/2023<br>6º FEIRA   |
|---|--|---|---|---|--|
| <b>Misto</b><br>9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com batata e tomate<br>Salada de beterraba | Arroz com cenoura<br>Coxa de frango com tomate<br>Salada de abobrinha | Pão com ovos mexidos<br>Suco de abacaxi | Arroz integral<br>Feijão tropeiro com carne em iscas<br>Virado de escarola (com farinha de milho) | Pão com patê de frango desfiado (falsa maionese)<br>Suco de melancia |
| <b>Fruta</b>  | Abacaxi  | Melão   | Banana                                  | Mamão   | Maçã   |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípido (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 463,67         | 71,34           | 61,55% | 20,56        | 17,74% | 11,73      | 22,77% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípido (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 556,76         | 85,36           | 61,33% | 24,11        | 17,32% | 14,14      | 22,86% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípido (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|------------|--------|
| 551,43         | 81,63           | 59,21% | 24,69        | 17,91% | 15,06      | 24,58% |

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