



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 24/07/2023 a 28/07/2023

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	24/07/2023 2º FEIRA	25/07/2023 3º FEIRA	26/07/2023 4º FEIRA	27/07/2023 5º FEIRA	28/07/2023 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h	DIA NÃO LETIVO	Arroz integral com cenoura Feijão Carne em iscas Salada de chuchu	Arroz Atum com tomate Purê de batata Salada de tomate	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de escarola	Sopa com macarrão, mix de legumes (congelado) Carne em iscas
Fruta		Pera	Tangerina	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
493,39	73,47	59,56%	23,13	18,75%	12,57	22,94%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
651,13	97,05	59,62%	30,03	18,45%	16,35	22,60%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
584,88	77,89	53,27%	30,35	20,75%	17,80	27,40%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
651,13	97,05	59,62%	30,03	18,45%	16,35	22,60%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
651,13	97,05	59,62%	30,03	18,45%	16,35	22,60%

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