



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

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	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
<b>Refeição</b>  9h30 às 10h30 / 15 à  s 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Coxa de frango com tomate Salada de beterraba	Arroz integral com cenoura Feijão Carne em iscas Salada de chuchu	Arroz Feijão Atum com tomate Purê de batata	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de escarola	Sopa com macarrão, mix de legumes (congelado) Carne em iscas
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Pera	Tangerina	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
518,13	77,77	60,04%	24,52	18,93%	12,83	22,29%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
688,95	103,55	60,12%	32,14	18,66%	16,80	21,94%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
688,95	103,55	60,12%	32,14	18,66%	16,80	21,94%

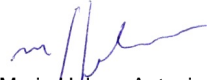
### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
688,95	103,55	60,12%	32,14	18,66%	16,80	21,94%

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