



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
CONSUMO: 17/07/2023 a 21/07/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	17/07/2023 2º FEIRA	18/07/2023 3º FEIRA	19/07/2023 4º FEIRA	20/07/2023 5º FEIRA	21/07/2023 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro simples Leite com café	Pão de forma integral com manteiga Leite com banana e maçã	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Pão com requeijão caseiro Suco de abacaxi
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga Melão	Arroz com cenoura Feijão Carne em iscas com mandioca Salada de berinjela Maçã	Arroz Feijão Pernil com legumes Salada de pepino com tomate Mamão	Arroz Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Macarrão Molho nutritivo com carne em cubos Salada de almeirão Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
791,66	115,71	58,47%	31,99	16,16%	23,41	26,61%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
993,87	147,49	59,36%	39,57	15,93%	28,36	25,68%

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