



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



| TIPO DE CARDÁPIO: Progr. Mais Educação PERÍODO: 12/08/2019 a 16/08/2019 | | CARDÁPIO SEMANAL | | | TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (20%), 11 a 15 anos (20%) | |
|--|-------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|--|---|--|
| REFEIÇÃO | 12/08/2019 2º FEIRA | 13/08/2019 3º FEIRA | 14/08/2019 4º FEIRA | 15/08/2019 5º FEIRA | 16/08/2019 6º FEIRA | |
| LANCHE | | | | | | |
| OFICINAS | | | | | | |
| Manhã: 09:30 - 10:30 | Biscoito salgado Suco individual | Bolinho individual Suco individual | Biscoito doce Suco individual | Pão com requeijão caseiro Suco individual | Biscoito salgado Suco individual | |
| Tarde: 15:00 - 16:00 | | | | | | |

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

| Energia (Kcal) | Carboidratos (g) | Fibras (g) | Proteína (g) | Lipídeos (g) | Vitamina A (mcg) | Vitamina C (mg) | Cálcio (mg) | Magnésio (mg) | Ferro (mg) | Zinco (mg) |
|----------------|------------------|------------|--------------|--------------|------------------|-----------------|-------------|---------------|------------|------------|
| 232,74 | 45,40 | 0,81 | 4,79 | 3,59 | 52,98 | 70,36 | 22,20 | 5,40 | 1,33 | 10,87 |

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

| Energia (Kcal) | Carboidratos (g) | Fibras (g) | Proteína (g) | Lipídeos (g) | Vitamina A (mcg) | Vitamina C (mg) | Cálcio (mg) | Magnésio (mg) | Ferro (mg) | Zinco (mg) |
|----------------|------------------|------------|--------------|--------------|------------------|-----------------|-------------|---------------|------------|------------|
| 232,74 | 45,40 | 0,81 | 4,79 | 3,59 | 52,98 | 70,36 | 22,20 | 5,40 | 1,33 | 10,87 |

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 nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas