



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
CONSUMO: 09/08/2021 a 13/08/2021 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	09/08/2021 2º FEIRA	10/08/2021 3º FEIRA	11/08/2021 4º FEIRA	12/08/2021 5º FEIRA	13/08/2021 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com café	Pão de forma integral com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Flocos de milho com leite	Pão com requeijão caseiro Leite com abacate	Bolo caseiro simples Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de chuchu Maçã	Arroz com brócolis Feijão Atum ao vinagrete Salada de beterraba	Arroz Lentilha Carne em cubos com mandioca Salada de repolho com tomate Melão	Arroz Tutu de feijão Lombo suíno ao molho escuro Couve refogada Mamão	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de alface Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
732,21	104,49	57,08%	32,09	17,53%	21,52	26,46%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
838,42	119,30	56,92%	38,19	18,22%	23,98	25,74%

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