



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
CONSUMO: 08/08/2022 a 12/08/2022 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	08/08/2022 2º FEIRA	09/08/2022 3º FEIRA	10/08/2022 4º FEIRA	11/08/2022 5º FEIRA	12/08/2022 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com banana	Pão de forma integral com manteiga Suco de abacaxi (polpa congelada)	Canjica	Mistura para bolo (simples) Leite com café	Pão vegano Suco de melancia
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Empanadinho de frango Salada de grão de bico com vinagrete Abacaxi	Arroz integral com brócolis Feijão Estrogonofe de carne em cubos Batata sauté	Arroz Feijão Lagarto com pimentão e tomate Salada de alface Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de almeirão Banana	Macarrão ao alho e óleo Bolinhos de carne ao molho Salada de repolho Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
838,80	123,70	58,99%	34,09	16,26%	24,69	26,49%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
942,97	134,51	57,06%	38,14	16,18%	29,65	28,30%

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