



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição  
CONSUMO: 19/08/2024 a 23/08/2024

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio , EJA  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%), 19-30 a  
anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

| REFEIÇÃO   | 19/08/2024<br>2º FEIRA  | 20/08/2024<br>3º FEIRA  | 21/08/2024<br>4º FEIRA  | 22/08/2024<br>5º FEIRA   | 23/08/2024<br>6º FEIRA  |
|--|---|---|---|--|---|
| <b>Refeição</b><br>9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h | Arroz integral<br>Feijão<br>Frango desfiado com tomate<br>Salada de beterraba | Macarrão ao alho e óleo<br>Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro<br>Salada de almeirão | Arroz<br>Feijão<br>Fricassê de frango desfiado (com creme de milho)<br>Salada de tomate | Arroz<br>Feijão<br>Ovos mexidos com tomate<br>Salada de alface com cenoura | Arroz<br>Grão de bico com filé mignon suíno, cenoura e tomate<br>Salada de acelga |
| <b>Fruta</b>   | Maçã  |   | Abacaxi   |  | Melancia  |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 473,01         | 70,15           | 59,33% | 21,07        | 17,82% | 12,78       | 24,31% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 584,72         | 89,46           | 61,20% | 25,01        | 17,11% | 14,82       | 22,81% |

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (20%)

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 629,33         | 97,18           | 61,77% | 26,59        | 16,90% | 15,63       | 22,35% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 584,72         | 89,46           | 61,20% | 25,01        | 17,11% | 14,82       | 22,81% |

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

| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |        | Lípideo (g) |        |
|----------------|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| 584,72         | 89,46           | 61,20% | 25,01        | 17,11% | 14,82       | 22,81% |

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