



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Refeição
CONSUMO: 12/08/2024 a 16/08/2024

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	12/08/2024 2º FEIRA	13/08/2024 3º FEIRA	14/08/2024 4º FEIRA	15/08/2024 5º FEIRA	16/08/2024 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Omelete de forno (ovo em pó) (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de pepino	Arroz integral Feijão Bolinho misto de carne (bovina e suína) ao molho de tomate caseiro Salada de chuchu	Arroz Escondidinho de abóbora com frango desfiado Salada de alface	Arroz Feijão Coxa de frango com tomate Cenoura refogada	Arroz Feijão preto Filé mignon suíno Salada vinagrete
Fruta	Maçã	Bananinha individual	Banana	Maçã	Abacaxi

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
513,89	76,67	59,68%	23,73	18,47%	13,55	23,73%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
651,51	101,24	62,15%	28,54	17,52%	15,72	21,72%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
651,51	101,24	62,15%	28,54	17,52%	15,72	21,72%

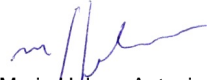
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
651,51	101,24	62,15%	28,54	17,52%	15,72	21,72%

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 hortifrúdos
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