



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



| TIPO DE CARDÁPIO: FUMEC | | TIPO DE ENSINO: EJA | | | PERÍODO: Parcial | |
|----------------------------------|------------------------|--|--|---|--|--|
| CONSUMO: 12/08/2024 a 16/08/2024 | | FAIXA ETÁRIA: 19-30 anos (20%), 31-60 anos (20%) | | | | |
| 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 | | | | | | |
| Manhã: 08:30 - 10:30 | Bolinho individual | Pão | Pão | Pão | Pão integral | |
| | Suco individual | Molho de tomate caseiro com frango desfiado | Molho de tomate caseiro com filé suíno | Molho de tomate caseiro com frango desfiado | Molho de tomate caseiro com filé suíno | |
| Tarde: 14:00 - 16:00 | Maçã | Suco individual | Suco individual | Suco individual | Suco individual | |
| Noite: 18:30 - 20:30 | | Maçã | Banana | Maçã | Bananinha individual | |

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (20%) | | | | | | |
|---|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
| 678,39 | 106,34 | 62,70% | 35,26 | 20,79% | 14,42 | 19,13% |

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%) | | | | | | |
|---|-----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
| Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | | Proteína (g) | | Lípideo (g) | |
| 678,39 | 106,34 | 62,70% | 35,26 | 20,79% | 14,42 | 19,13% |

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