



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Misto TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
CONSUMO: 26/09/2022 a 30/09/2022 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	26/09/2022 2º FEIRA	27/09/2022 3º FEIRA	28/09/2022 4º FEIRA	29/09/2022 5º FEIRA	30/09/2022 6º FEIRA
Misto 9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Carne em cubos Cenoura e chuchu refogados	Arroz integral com brócolis Feijão Bolinhos de carne ao molho Purê de batata	Açaí com banana	Macarrão Molho com carne moída Salada de feijão branco com vinagrete	Pão Molho com frango desfiado Suco de melancia
Fruta	Melão		Abacaxi	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
455,11	73,37	64,48%	20,19	17,75%	10,54	20,85%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
537,76	82,89	61,65%	23,39	17,40%	14,30	23,93%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
573,06	90,11	62,90%	24,60	17,17%	14,56	22,87%

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