



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: FUMEC  
CONSUMO: 03/10/2022 a 07/10/2022

TIPO DE ENSINO: EJA  
FAIXA ETÁRIA: 19-30 anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	03/10/2022 2º FEIRA	04/10/2022 3º FEIRA	05/10/2022 4º FEIRA	06/10/2022 5º FEIRA	07/10/2022 6º FEIRA
<b>REFEIÇÃO</b>					
<b>Manhã: 08:30 - 10:30</b>	Bolinho individual Suco individual Maçã	Pão Molho com carne moída Suco individual Maçã	Pão Molho com atum Suco individual Banana	Pão Molho com pernil suíno desfiado Suco individual Maçã	Pão integral Molho com atum Suco individual Banana
<b>Tarde: 14:00 - 16:00</b>					
<b>Noite: 18:30 - 20:30</b>					

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
462,15	86,68	75,02%	15,74	13,62%	7,28	14,17%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
462,15	86,68	75,02%	15,74	13,62%	7,28	14,17%

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