



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Misto TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
CONSUMO: 25/09/2023 a 29/09/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	25/09/2023 2º FEIRA	26/09/2023 3º FEIRA	27/09/2023 4º FEIRA	28/09/2023 5º FEIRA	29/09/2023 6º FEIRA
Misto 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha Salada de tomate	Arroz Feijão tropeiro com carne em cubos Virado de couve (com farinha de milho)	Bolinho individual Leite com café	Arroz Coxa de frango com tomate Creme de milho	Pão de forma integral com falsa maionese Suco de melancia
Fruta	Abacaxi	Maçã	Mamão	Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
482,38	72,95	60,50%	19,83	16,45%	13,59	25,35%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
569,01	87,49	61,50%	22,56	15,86%	15,57	24,63%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
603,52	93,30	61,84%	23,65	15,67%	16,35	24,38%

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