



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: FUMEC		TIPO DE ENSINO: EJA			PERÍODO: Parcial	
CONSUMO: 11/09/2023 a 15/09/2023		FAIXA ETÁRIA: 19-30 anos (20%), 31-60 anos (20%)				
REFEIÇÃO	11/09/2023 2º FEIRA	12/09/2023 3º FEIRA	13/09/2023 4º FEIRA	14/09/2023 5º FEIRA	15/09/2023 6º FEIRA	
REFEIÇÃO						
Manhã: 08:30 - 10:30	Bolinho individual	Pão	Pão	Pão	Pão integral	
	Suco individual	Molho com frango	Molho com atum	Molho com carne moída	Molho com frango	
Tarde: 14:00 - 16:00	Maçã	Suco individual	Suco individual	Suco individual	Suco individual	
		Maçã	Banana	Maçã	Banana	
Noite: 18:30 - 20:30						

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
459,19	78,47	68,35%	20,45	17,81%	8,54	16,73%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
459,19	78,47	68,35%	20,45	17,81%	8,54	16,73%

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