



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 02/10/2023 a 06/10/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	02/10/2023 2º FEIRA	03/10/2023 3º FEIRA	04/10/2023 4º FEIRA	05/10/2023 5º FEIRA	06/10/2023 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Flocos de milho com leite	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Escondidinho com pernil suíno desfiado Salada de grão de bico com vinagrete Melão	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Salada de abobrinha Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne com tomate Farofa de cenoura Mamão	Macarrão Molho com frango Salada de escarola Abacaxi

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
847,02	121,93	57,58%	38,08	17,98%	24,08	25,59%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.063,33	151,66	57,05%	48,63	18,29%	30,13	25,51%

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 hortifrútu
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