



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Misto  
CONSUMO: 31/10/2022 a 04/11/2022

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	31/10/2022 2º FEIRA	01/11/2022 3º FEIRA	02/11/2022 4º FEIRA	03/11/2022 5º FEIRA	04/11/2022 6º FEIRA
<b>Misto</b> 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Carne moída Cenoura e chuchu refogados	Arroz integral com cenoura Feijão Pernil suíno com legumes Batata sauté		Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de acelga	Pão Molho com frango desfiado Suco de uva integral
<b>Fruta</b>	Melão			Melancia	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
426,92	71,42	19,06	8,54
	66,91%	17,86%	18,01%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
550,98	84,90	22,00	15,20
	61,64%	15,97%	24,84%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
587,66	92,51	23,09	15,47
	62,97%	15,71%	23,69%

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