



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Refeição  
CONSUMO: 10/10/2022 a 14/10/2022

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , EJA  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 19-30 anos (20%), 31-60 a  
anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	10/10/2022 2º FEIRA	11/10/2022 3º FEIRA	12/10/2022 4º FEIRA	13/10/2022 5º FEIRA	14/10/2022 6º FEIRA
<b>Refeição</b>  9h30 às 10h30 / 15 à  s 16h / 19 às 20h	Arroz com legumes Feijão tropeiro com carne em cubos Couve refogada	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Purê de mandioquinha	DIA NÃO LETIVO	Macarrão primavera Molho com carne em cubos Salada de soja em grão com vinagrete Açaí com banana e leite em pó	Pão Molho com carne em cubos Suco individual Pipoca
<b>Fruta</b>	Melão	Melancia			Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
548,57	78,31	57,10%	28,31	20,64%	14,25	23,38%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
637,88	85,81	53,81%	30,78	19,30%	19,66	27,74%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
596,48	82,65	55,43%	29,75	19,95%	16,84	25,40%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
596,48	82,65	55,43%	29,75	19,95%	16,84	25,40%

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