



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 24/10/2022 a 28/10/2022 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	24/10/2022 2º FEIRA	25/10/2022 3º FEIRA	26/10/2022 4º FEIRA	27/10/2022 5º FEIRA	28/10/2022 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com café	Flocos de milho com leite	Mistura para bolo (com laranja) Suco de morango (polpa congelada)	Pão com manteiga Leite com maçã e aveia	Pão com requeijão caseiro Suco de uva integral
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Carne moída com batata Virado de couve Melancia	Arroz integral com cenoura Feijão Empanadinho de peixe Escarola refogada	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada de tomate Pera	Arroz Feijão Empanadinho de frango Milho refogado Salada de pepino Mamão	Nhoque de soja ao sugo Salada de abobrinha Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
792,90	117,07	59,06%	39,19	19,77%	19,55	22,19%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
868,89	126,36	58,17%	40,55	18,67%	23,27	24,11%

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