



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Refeição
CONSUMO: 07/10/2024 a 11/10/2024

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	07/10/2024 2º FEIRA	08/10/2024 3º FEIRA	09/10/2024 4º FEIRA	10/10/2024 5º FEIRA	11/10/2024 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Kibe vegano Legumes refogados (cenoura, abobrinha e vagem)	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de pepino	Arroz Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Batata com molho branco Salada de alface	Arroz Feijão preto Carne com berinjela Repolho refogado Açaí com banana, leite em pó e flocos de milho	Pão Molho de tomate caseiro com carne Suco de abacaxi com maçã Pipoca
Fruta	Melancia	Abacaxi	Maçã	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
563,94	93,31	21,30	13,49
	66,19%	15,11%	21,53%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
701,12	115,49	27,29	16,09
	65,89%	15,57%	20,65%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
701,12	115,49	27,29	16,09
	65,89%	15,57%	20,65%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
701,12	115,49	27,29	16,09
	65,89%	15,57%	20,65%

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