



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Refeição  
CONSUMO: 21/10/2024 a 25/10/2024

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	21/10/2024 2º FEIRA	22/10/2024 3º FEIRA	23/10/2024 4º FEIRA	24/10/2024 5º FEIRA	25/10/2024 6º FEIRA
<b>Refeição</b>  9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de cenoura	Arroz integral Feijão Carne com mandioca Salada de chuchu	Arroz Feijão preto Bolinho misto de carne (bovina e suína) assado Salada de repolho com tomate	Arroz Grão de bico Carne com tomate Salada de alface	Arroz Feijão Carne com cenoura Virado de abobrinha (farinha de milho)
<b>Fruta</b>	Maçã	Melancia	Abacaxi	Banana	Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
500,42	79,67 63,68%	23,29 18,61%	10,66 19,18%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
684,94	106,54 62,22%	32,99 19,26%	14,77 19,41%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
684,94	106,54 62,22%	32,99 19,26%	14,77 19,41%

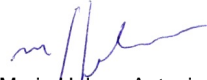
### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
684,94	106,54 62,22%	32,99 19,26%	14,77 19,41%

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