



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: FUMEC
CONSUMO: 21/10/2024 a 25/10/2024

TIPO DE ENSINO: EJA
FAIXA ETÁRIA: 19-30 anos (20%), 31-60 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
REFEIÇÃO					
Manhã: 08:30 - 10:30	Bolinho individual	Biscoito salgado	Pão	Pão	Pão integral
Tarde: 14:00 - 16:00	Suco individual	Suco individual	Molho de tomate caseiro com carne	Molho de tomate caseiro com carne	Molho de tomate caseiro com carne
Noite: 18:30 - 20:30		Bananinha individual	Suco individual	Suco individual	Suco individual
Fruta	Maçã	Maçã	Banana	Maçã	Bananinha individual

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
603,02	100,94	66,96%	26,73	17,73%	12,01	17,92%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
603,02	100,94	66,96%	26,73	17,73%	12,01	17,92%

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