



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Misto
CONSUMO: 08/11/2021 a 12/11/2021

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	08/11/2021 2º FEIRA	09/11/2021 3º FEIRA	10/11/2021 4º FEIRA	11/11/2021 5º FEIRA	12/11/2021 6º FEIRA
Misto 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Carne moída com mandioquinha Salada de pepino	Arroz com cenoura Feijão Carne em cubos com batata Salada de tomate	Bolinho individual Leite com mamão	Nhoque de soja ao sugo Salada de chuchu com cenoura	Pão Molho com carne moída Suco de uva
Fruta	Melancia		Banana	Mamão	Abacaxi

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
399,99	67,94	67,94%	16,64	16,64%	7,84	17,64%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
485,20	77,84	64,17%	20,81	17,15%	11,11	20,61%

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16-18 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
552,61	90,42	65,45%	22,69	16,43%	12,21	19,89%

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 hortifrúdos.
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