



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



| TIPO DE CARDÁPIO: FUMEC<br>CONSUMO: 14/11/2022 a 18/11/2022 |                        | TIPO DE ENSINO: EJA<br>FAIXA ETÁRIA: 19-30 anos (20%), 31-60 anos (20%) |                        |                        | PERÍODO: Parcial       |
|---|------------------------|---|------------------------|------------------------|------------------------|
| REFEIÇÃO  | 14/11/2022<br>2º FEIRA | 15/11/2022<br>3º FEIRA  | 16/11/2022<br>4º FEIRA | 17/11/2022<br>5º FEIRA | 18/11/2022<br>6º FEIRA |
| <b>REFEIÇÃO</b>   |                        |   |                        |                        |                        |
| Manhã: 08:30 - 10:30  | <b>DIA NÃO LETIVO</b>  | <b>DIA NÃO LETIVO</b>   | Biscoito salgado       | Bolinho individual     | Biscoito salgado       |
| Tarde: 14:00 - 16:00  |                        |   | Suco individual        | Suco individual        | Suco individual        |
| Noite: 18:30 - 20:30  |                        |   | Maçã                   | Maçã                   | Maçã                   |

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 19-30 anos (20%) |                 |        |              |       |            |       |
|---|-----------------|--------|--------------|-------|------------|-------|
| Energia (Kcal)  | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |       | Lípido (g) |       |
| 249,03  | 57,46           | 92,30% | 2,98         | 4,79% | 2,21       | 7,97% |

  

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%) |                 |        |              |       |            |       |
|---|-----------------|--------|--------------|-------|------------|-------|
| Energia (Kcal)  | Carboidrato (g) |        | Proteína (g) |       | Lípido (g) |       |
| 249,03  | 57,46           | 92,30% | 2,98         | 4,79% | 2,21       | 7,97% |

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