



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 21/11/2022 a 25/11/2022 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	21/11/2022 2º FEIRA	22/11/2022 3º FEIRA	23/11/2022 4º FEIRA	24/11/2022 5º FEIRA	25/11/2022 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com mamão	Canjica	Pão vegano Suco de uva integral	Mistura para bolo (simples) Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com manteiga Leite com chocolate em pó
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de cenoura Abacaxi	Arroz com cenoura Feijão Pernil suíno desfiado com tomate Batata sauté	Arroz Feijão Molho com carne moída Polenta Maçã	Arroz Feijão Empanadinho de frango Abóbora refogada Banana	Risoto de carne em cubos com legumes e tomate Salada de feijão branco com vinagrete Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-10 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
827,99	123,36	59,60%	32,98	15,93%	23,85	25,93%

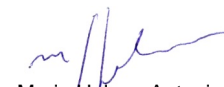
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-15 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
938,33	137,35	58,55%	35,73	15,23%	28,82	27,64%

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