



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição  
CONSUMO: 27/11/2023 a 01/12/2023

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio , EJA  
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%), 19-30 a  
anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	27/11/2023 2º FEIRA	28/11/2023 3º FEIRA	29/11/2023 4º FEIRA	30/11/2023 5º FEIRA	01/12/2023 6º FEIRA
<b>Refeição</b> 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Carne com batata doce Salada de acelga	Arroz Carne com berinjela e tomate Salada de feijão branco com vinagrete	Arroz Feijão Carne com batata Salada de repolho com cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de alface	Nhoque de batata Molho com carne Salada de almeirão com tomate
<b>Fruta</b>	Abacaxi	Maçã	Melancia	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
455,48	72,85	63,98%	22,64	19,88%	9,16	18,10%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
601,39	92,63	61,61%	30,58	20,34%	12,90	19,30%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
660,18	100,77	61,05%	33,70	20,42%	14,37	19,60%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
601,39	92,63	61,61%	30,58	20,34%	12,90	19,30%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
601,39	92,63	61,61%	30,58	20,34%	12,90	19,30%

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