



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 06/11/2023 a 10/11/2023 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	06/11/2023 2º FEIRA	07/11/2023 3º FEIRA	08/11/2023 4º FEIRA	09/11/2023 5º FEIRA	10/11/2023 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Pão integral com manteiga Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Flocos de milho com leite	Pão de forma integral com manteiga Suco de caju com maçã (polpa congelada)	Bolinho individual Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Escondidinho com frango desfiado Salada de grão de bico com vinagrete Melão	Arroz Feijão Empanadinho de peixe Salada de abobrinha Maçã	Arroz Feijão Ovos mexidos com batata e tomate Salada de alface Salada de frutas	Arroz Feijão Carne com tomate Farofa de cenoura Mamão	Arroz Frango ao molho Salada de escarola Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
815,32	118,75	58,26%	37,30	18,30%	22,17	24,48%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
1.038,44	149,85	57,72%	48,16	18,55%	28,22	24,45%

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