



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 11/11/2024 a 15/11/2024

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	11/11/2024 2º FEIRA	12/11/2024 3º FEIRA	13/11/2024 4º FEIRA	14/11/2024 5º FEIRA	15/11/2024 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Peixe com tomate e pimentão Salada de cenoura	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de brócolis	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de acelga	Arroz Cuscuz de frango com tomate Salada de escarola	DIA NÃO LETIVO
Fruta	Abacaxi		Banana		

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
443,31	69,56 62,76%	20,81 18,77%	9,74 19,78%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
622,44	95,49 61,37%	29,72 19,10%	13,99 20,23%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
693,82	106,09 61,16%	33,16 19,12%	15,62 20,27%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
622,44	95,49 61,37%	29,72 19,10%	13,99 20,23%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
622,44	95,49 61,37%	29,72 19,10%	13,99 20,23%

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