



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
CONSUMO: 19/12/2022 a 23/12/2022 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	19/12/2022 2º FEIRA	20/12/2022 3º FEIRA	21/12/2022 4º FEIRA	22/12/2022 5º FEIRA	23/12/2022 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito doce Leite com café	Pão vegano Suco de morango (polpa congelada)	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Bolo caseiro simples Leite com café	Biscoito doce 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 Feijão Filé mignon suíno Mandioca sauté	Arroz Feijão Carne moída com chuchu Milho refogado Maçã	Macarrão ao alho e óleo Empanadinho de frango Salada de grão de bico com vinagrete Banana	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Salada de feijão branco com vinagrete Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
819,80	118,27	57,71%	33,91	16,54%	24,02	26,37%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
909,51	129,98	57,17%	36,47	16,04%	27,72	27,43%

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