



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 24/01/2022 a 28/01/2022 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	24/01/2022 2º FEIRA	25/01/2022 3º FEIRA	26/01/2022 4º FEIRA	27/01/2022 5º FEIRA	28/01/2022 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com café	Pão de forma integral com manteiga Suco de melancia	Canjica	Pão com manteiga Leite com polpa de morango	Mistura para bolo (com banana) Leite com maçã
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de chuchu Maçã	Arroz Feijão Carne em cubos com tomate Salada de acelga	Risoto de carne em cubos com cenoura e tomate Feijão Salada de beterraba Banana	Arroz Feijão Carne em cubos com mandioquinha Virado de couve (farinha de milho) Mamão	Arroz Feijão Frango com abóbora Salada de berinjela Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
685,55	107,06	62,47%	27,06	15,79%	17,82	23,40%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
804,03	124,46	61,92%	33,63	16,73%	20,22	22,63%

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