



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Misto
CONSUMO: 01/03/2021 a 05/03/2021

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

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	01/03/2021 2º FEIRA	02/03/2021 3º FEIRA	03/03/2021 4º FEIRA	04/03/2021 5º FEIRA	05/03/2021 6º FEIRA
Misto 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de beterraba	Arroz Molho com frango Polenta Salada de grão de bico com vinagrete	Pão integral com falsa ricota Leite com chocolate em pó	Macarrão Molho com frango Salada de cenoura	Pão de forma integral com patê de atum com falsa maionese Suco de uva
Fruta			Maçã	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
375,47	15,88	16,92%	9,68	23,20%	57,61	61,38%

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
454,49	19,95	17,56%	12,11	23,99%	67,71	59,59%

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
454,49	19,95	17,56%	12,11	23,99%	67,71	59,59%

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 nº26, de 17 de junho de 2013.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas