



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição
CONSUMO: 26/04/2021 a 30/04/2021

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	26/04/2021 2º FEIRA	27/04/2021 3º FEIRA	28/04/2021 4º FEIRA	29/04/2021 5º FEIRA	30/04/2021 6º FEIRA
Refeição 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos Salada de cenoura	Arroz Feijão carioca Frango com tomate Salada de repolho	Arroz Feijão carioca Carne em iscas com legumes Salada de abobrinha	Macarrão Molho com carne moída Salada de chuchu	Arroz Feijão preto Carne em iscas com legumes Salada de couve com tomate
Fruta	Maçã		Caqui	Mamão	Banana

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
383,98	18,69	19,47%	8,11	19,02%	59,61	62,09%

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
543,33	25,04	18,43%	15,86	26,27%	75,53	55,61%

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
569,32	25,57	17,96%	15,88	25,11%	81,26	57,09%

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
529,89	25,10	18,94%	14,23	24,17%	75,77	57,20%

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

Energia (Kcal)	Proteína (g)		Lipídeo (g)		Carboidrato (g)	
529,89	25,10	18,94%	14,23	24,17%	75,77	57,20%

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