PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPINAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMPINAS
DEPARTAMENTO DE APOIO À ESCOLA
COORDENADORIA DE NUTRIÇÃO

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CEASA CAMPINAS

TIPO DE CARDÁPIO: EE Complementar
PERÍODO: 03/06/2019 a 07/06/2019

CARDÁPIO SEMANAL

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental
FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (30%), 11 a 15 anos (30%), 16 a 18 anos (30%)

REFEIÇÃO	03/06/2019 2º FEIRA	04/06/2019 3º FEIRA	05/06/2019 4º FEIRA	06/06/2019 5º FEIRA	07/06/2019 6º FEIRA
LANCHE **Manhã: 07:00 - 08:00** **Tarde: 15:30 - 16:30**	Biscoito salgado Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão com requeijão caseiro Leite com café
REFEIÇÃO **Manhã: 11:00 - 12:00** **Tarde: 12:00 - 13:00**	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos com abobrinha Salada de cenoura Maçã	Arroz integral Grão de bico Atum com cenoura	Arroz Feijão carioca Carne em cubos com batata doce e tomate Farofa de couve Abacaxi	Arroz Feijão preto Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de escarola com tomate	Macarrão Molho com carne em cubos Salada de alface Mamão

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

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
670,96	94,64	7,18	28,85	20,07	286,23	29,20	339,67	99,27	6,20	4,84

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

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
704,51	99,37	7,53	30,29	21,08	300,54	30,66	356,65	104,24	6,51	5,09

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 a 18 anos (30%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
838,71	118,30	8,97	36,06	25,09	357,79	36,50	424,59	124,09	7,75	6,06

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