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 Integral
PERÍODO: 24/06/2019 a 28/06/2019

CARDÁPIO SEMANAL

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental Integral, Ensino Médio Integral
FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (70%), 11 a 15 anos (70%), 16 a 18 anos (70%)

REFEIÇÃO	24/06/2019 2º FEIRA	25/06/2019 3º FEIRA	26/06/2019 4º FEIRA	27/06/2019 5º FEIRA	28/06/2019 6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ **07:00 - 09:00**	Biscoito salgado Leite com café	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	
ALMOÇO **11:00 - 12:00**	Arroz integral Feijão carioca Ovos mexidos com cenoura e tomate Abacaxi	Arroz Cuscuz de atum com ovos e tomate	Arroz Feijão preto Lagarto ao molho escuro	Arroz Feijão carioca Frango	DIA NÃO LETIVO
LANCHE **14:30 - 15:30**	Bolinho individual Suco de uva integral	Biscoito salgado Leite com café	Arroz doce	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 a 10 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
979,37	139,49	8,52	39,34	29,40	255,74	23,58	533,27	135,29	4,57	4,21

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 a 15 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
1.447,77	206,20	12,59	58,16	43,46	378,05	34,86	788,31	200,00	6,75	6,22

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 a 18 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
1.618,10	230,46	14,07	65,00	48,57	422,53	38,96	881,05	223,53	7,54	6,95

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