



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição  
CONSUMO: 05/07/2021 a 09/07/2021

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	05/07/2021 2º FEIRA	06/07/2021 3º FEIRA	07/07/2021 4º FEIRA	08/07/2021 5º FEIRA	09/07/2021 6º FEIRA
<b>Refeição</b> 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão preto Peito de frango em cubos com tomate Salada de abobrinha	Arroz Feijão carioca Peixe com batata e tomate Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz Lentilha Carne em cubos com mandioca	Macarrão Molho com frango (coxa e sobrecoxa) Salada de couve-flor	
<b>Fruta</b>	Abacaxi		Banana	Mamão	

DIA NÃO LETIVO

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
413,82	62,32	60,24%	20,93	20,23%	9,34	20,31%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
576,70	79,10	54,86%	27,97	19,40%	16,80	26,22%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
589,70	81,96	55,60%	28,23	19,15%	16,81	25,66%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
569,95	79,60	55,86%	28,14	19,75%	15,76	24,88%

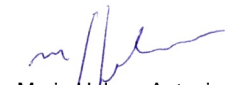
### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
569,95	79,60	55,86%	28,14	19,75%	15,76	24,88%

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