



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: FUMEC
CONSUMO: 26/07/2021 a 30/07/2021

TIPO DE ENSINO: EJA
FAIXA ETÁRIA: 19-30 anos (20%), 31-60 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	26/07/2021 2º FEIRA	27/07/2021 3º FEIRA	28/07/2021 4º FEIRA	29/07/2021 5º FEIRA	30/07/2021 6º FEIRA
REFEIÇÃO					
Manhã: 08:30 - 10:30	Biscoito salgado	Bolinho individual	Biscoito doce	Bolinho individual	Biscoito salgado
	Suco individual	Suco individual	Suco individual	Suco individual	Suco individual
Tarde: 14:00 - 16:00	Maçã	Maçã	Banana	Tangerina	Banana
Noite: 18:30 - 20:30					

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
311,43	64,24	82,51%	6,13	7,87%	4,43	12,79%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípídeo (g)	
311,43	64,24	82,51%	6,13	7,87%	4,43	12,79%

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