



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II
CONSUMO: 19/07/2021 a 23/07/2021 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	19/07/2021 2º FEIRA	20/07/2021 3º FEIRA	21/07/2021 4º FEIRA	22/07/2021 5º FEIRA	23/07/2021 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito salgado Leite com chocolate em pó	Pão de forma integral com requeijão caseiro Leite com café	Flocos de milho com leite	Pão com requeijão caseiro Leite com chocolate em pó	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão preto Frango com mandioquinha Salada de couve-flor Maçã	Arroz Feijão carioca Lombo suíno com cenoura Purê de batata	Arroz Feijão carioca Peixe com tomate e pimentão Salada de acelga com beterraba Banana	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de grão de bico com vinagre Abacaxi	Arroz Feijão carioca Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de escarola Melancia

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
704,77	106,52	60,46%	28,80	16,34%	19,09	24,38%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípideo (g)	
822,91	124,08	60,31%	34,62	16,83%	21,76	23,80%

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