



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EE Misto
CONSUMO: 30/08/2021 a 03/09/2021

TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I , Ensino Fundamental II , Ensino Médio
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (20%), 11-15 anos (20%), 16-18 anos (20%)

PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	30/08/2021 2º FEIRA	31/08/2021 3º FEIRA	01/09/2021 4º FEIRA	02/09/2021 5º FEIRA	03/09/2021 6º FEIRA
Misto 9h30 às 10h30 / 15 às 16h / 19 às 20h	Arroz Feijão Peixe com batata e tomate Escarola refogada	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de cenoura	Canjica	Arroz Feijão Peixe com tomate Jardineira de legumes (batata, cenoura e brócolis)	Pão com requeijão caseiro Suco de maracujá
Fruta	Melancia		Mamão	Banana	Abacaxi

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
368,24	62,41	67,79%	14,56	15,82%	7,46	18,24%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
502,25	77,87	62,01%	19,06	15,18%	13,59	24,35%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
582,72	92,45	63,46%	21,62	14,84%	14,88	22,98%

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 hortifrútu
Cardápio sujeito a alterações
Horário sugerido das refeições
Cardápio elaborado conforme Resolução nº06, de 08 de maio de 2020.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas