



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EE Refeição  
CONSUMO: 02/08/2021 a 06/08/2021

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	02/08/2021 2º FEIRA	03/08/2021 3º FEIRA	04/08/2021 4º FEIRA	05/08/2021 5º FEIRA	06/08/2021 6º FEIRA
<b>Refeição</b> 9h30 às 10h30 / 15 à s 16h / 19 às 20h	Arroz com brócolis Feijão carioca Atum com cenoura Salada de acelga	Arroz Feijão carioca Peixe com tomate e pimentão Mandioquinha sauté	Arroz Feijão carioca Bobó de frango Salada de escarola com tomate	Macarrão Molho com proteína de soja Salada de grão de bico com vinagrete	Arroz Feijão preto Carne em cubos com abóbora Salada de pepino
<b>Fruta</b>	Melancia		Banana	Tangerina	Melão

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
389,06	62,54	64,30%	18,87	19,40%	7,53	17,41%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
518,93	74,86	57,71%	24,59	18,95%	14,02	24,32%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
531,93	77,72	58,45%	24,85	18,69%	14,03	23,74%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
506,94	75,33	59,44%	24,75	19,53%	12,40	22,01%

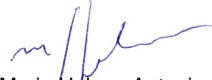
### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 31-60 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídeo (g)	
506,94	75,33	59,44%	24,75	19,53%	12,40	22,01%

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 nº06, de 08 de maio de 2020.



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