



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: N TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II
CONSUMO: 27/09/2021 a 01/10/2021 FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos (30%), 11-15 anos (30%) PERÍODO: Parcial

REFEIÇÃO	27/09/2021 2º FEIRA	28/09/2021 3º FEIRA	29/09/2021 4º FEIRA	30/09/2021 5º FEIRA	01/10/2021 6º FEIRA
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:30 - 16:30	Biscoito doce Leite com chocolate em pó	Pão com manteiga Leite com café	Pão com requeijão caseiro Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel)	Bolo caseiro de fubá com laranja Leite com maçã	Pão com manteiga Suco de uva
REFEIÇÃO Manhã: 11:00 - 12:00 Tarde: 12:00 - 13:00	Arroz Feijão carioca Carne em cubos com mandioquinha Salada de acelga Abacaxi	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de abobrinha	Nhoque de soja ao sugo Brócolis refogado Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Omelete de forno (com cenoura, tomate e cheiro verde) Salada de almeirão Banana	Arroz Feijão Molho com frango moído Salada de pepino com tomate Maçã

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
720,43	110,59	61,40%	27,61	15,33%	19,81	24,75%

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

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
817,13	124,14	60,77%	33,05	16,18%	22,01	24,25%

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