



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EEI PERÍODO: 03/12/2018 a 07/12/2018		<b>CARDÁPIO SEMANAL</b>			TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental Integral, Ensino Médio Integral FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (70%), 11 a 15 anos (70%), 16 a 18 anos (70%)	
REFEIÇÃO	03/12/2018 2º FEIRA				04/12/2018 3º FEIRA	05/12/2018 4º FEIRA
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>  07:00 - 09:00	Leite com enriquecedor de morango Biscoito salgado	Leite com café Pão integral com requeijão caseiro	Capuccino Biscoito doce	Leite com chocolate em pó Pão com creme vegetal	Capuccino Biscoito salgado	
<b>ALMOÇO</b>  11:00 - 12:00	Arroz Feijão carioca Atum ao vinagrete Salada de acelga	Arroz integral Feijão carioca Carne em cubos com mandioca Melancia	Arroz Feijão preto Pernil moído com legumes	Arroz integral Feijão carioca Ovos mexidos com cenoura e tomate Salada de brócolis Banana	Arroz à grega (cenoura e vagem) Feijão carioca Frango ao molho Salada de repolho, alface e cenoura	
<b>LANCHE</b>  14:30 - 15:30	Leite com café Pão com creme vegetal	Leite com chocolate em pó Biscoito salgado	Arroz doce	Leite com chocolate em pó Biscoito doce	Leite com café Pão de forma integral com creme vegetal	

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
925,43	132,94	9,70	39,09	27,20	371,50	11,63	531,92	149,02	5,98	5,05

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