



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



| TIPO DE CARDÁPIO: RC EE<br>PERÍODO: 30/07/2018 a 03/08/2018           | <b>CARDÁPIO SEMANAL</b> |                        |  |  |  | TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental<br>FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (30%), 11 a 15 anos (30%), 16 a 18 anos (30%) |
|---|-------------------------|------------------------|--|--|--|---|
| REFEIÇÃO  | 30/07/2018<br>2º FEIRA  | 31/07/2018<br>3º FEIRA | 01/08/2018<br>4º FEIRA   | 02/08/2018<br>5º FEIRA                                     | 03/08/2018<br>6º FEIRA   |   |
| <b>LANCHE</b><br><br>Manhã: 07:00 - 08:00<br><br>Tarde: 15:30 - 16:30 |                         |                        | Leite com chocolate em pó<br>Pão com creme vegetal   | Leite com café<br>Pão integral com creme vegetal           | Capuccino<br>Biscoito salgado  |   |
| <b>ALMOÇO</b><br><br>Manhã: 11:00 - 12:00<br><br>Tarde: 12:00 - 13:00 |                         |                        | Arroz<br>Feijão preto<br>Carne em iscas com legumes<br>Salada de grão bico com vinagrete<br>Maçã | Arroz<br>Feijão carioca<br>Carne moída<br>Salada de batata | Arroz<br>Feijão carioca<br>Lagarto com cenoura<br>Salada de tomate<br>Banana |   |

### 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) | Sódio (mg) |
|----------------|------------------|------------|--------------|--------------|------------------|-----------------|-------------|---------------|------------|------------|------------|
| 684,19         | 100,09           | 9,51       | 31,67        | 18,13        | 193,05           | 23,61           | 310,47      | 119,54        | 4,72       | 4,31       | 1.017,90   |

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.

| Elaborado   | Aprovado  |
|---|---|
| Júlia Ramia Bonduki Amorim<br>CRN3 15430<br>Gerente - Departamento de Alimentação Escolar<br>Ceasa Campinas | Maria Helena Antonicelli<br>CRN3 5698<br>Coordenadora de Nutrição - SME / Conutri<br>Prefeitura Municipal de Campinas |