



## PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

TIPO DE CARDÁPIO: EEI PERÍODO: 05/11/2018 a 09/11/2018		<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	05/11/2018 2º FEIRA	06/11/2018 3º FEIRA	07/11/2018 4º FEIRA	08/11/2018 5º FEIRA	09/11/2018 6º FEIRA	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>  07:00 - 09:00	Leite com café Biscoito salgado	Capuccino Pão integral com creme vegetal	Leite com chocolate em pó Pão com requeijão caseiro	Leite com chocolate em pó Biscoito doce	Capuccino Pão com requeijão caseiro	
<b>ALMOÇO</b>  11:00 - 12:00	Arroz Feijão carioca Sardinha com tomate Salada de chuchu	Arroz integral Feijão carioca Molho com carne em cubos Salada de brócolis Mamão	Arroz Feijão carioca Pernil moído com legumes	Arroz integral Feijão carioca Lagarto ao molho escuro Couve refogada Banana	Arroz Feijão carioca Carne moída com mandioca	
<b>LANCHE</b>  14:30 - 15:30	Leite com chocolate em pó Pão com requeijão caseiro	Leite com café Biscoito salgado	Flocos de milho com leite	Suco de uva Pão com falsa ricota	Leite com chocolate em pó Pão de forma integral com creme vegetal	

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lípídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
998,21	144,47	10,48	42,04	28,88	432,98	31,96	593,95	151,94	8,81	7,29

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