



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Lanche PERÍODO: 29/04/2019 a 03/05/2019		CARDÁPIO SEMANAL			TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental, Ensino Médio FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (20%), 11 a 15 anos (20%), 16 a 18 anos (20%)	
REFEIÇÃO	29/04/2019 2º FEIRA	30/04/2019 3º FEIRA	01/05/2019 4º FEIRA	02/05/2019 5º FEIRA	03/05/2019 6º FEIRA	
REFEIÇÃO			DIA NÃO LETIVO			
Manhã: 09:30 - 10:30	Pão Molho com atum	Pão Molho com frango		Pão Molho com salsicha	Pão Molho com carne em cubos	
Tarde: 15:00 - 16:00	Suco de uva integral	Suco individual		Suco individual	Suco de uva integral	
Noite: 19:00 - 20:00	Maçã				Banana	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 a 10 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
386,45	63,36	3,11	16,02	8,15	223,10	56,95	17,50	29,62	6,80	8,78

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 a 15 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
463,74	76,04	3,74	19,23	9,78	267,72	68,33	21,00	35,54	8,15	10,54

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 a 18 anos (20%)

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)
541,03	88,71	4,36	22,43	11,41	312,34	79,72	24,51	41,47	9,51	12,30

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