



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: EMEF Misto PERÍODO: 18/02/2019 a 22/02/2019		CARDÁPIO SEMANAL			TIPO DE ENSINO: Ensino Fundamental FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos (20%), 11 a 15 anos (20%)	
REFEIÇÃO	18/02/2019 2º FEIRA	19/02/2019 3º FEIRA	20/02/2019 4º FEIRA	21/02/2019 5º FEIRA	22/02/2019 6º FEIRA	
REFEIÇÃO						
Manhã: 09:30 - 10:30	Arroz Feijão carioca Ovos mexidos com batata e tomate	Arroz Feijão carioca Estrogonofe de frango Salada de repolho com cenoura	Biscoito salgado Leite com café Goiaba	Risoto de carne moída com cenoura e tomate Feijão carioca Salada de chuchu	Biscoito doce Capuccino (leite com chocolate em pó e café solúvel) Banana	
Tarde: 15:00 - 16:00	Salada de brócolis Melancia					
Noite: 19:00 ? 20:00						

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)
344,89	53,15	5,32	14,76	8,55	55,67	25,17	138,83	66,04	2,01	1,77

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