

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – MARÇO 2024

DATA	Segunda-feira 11/3/24	Terça-feira 12/3/24	Quarta-feira 13/3/24	Quinta-feira 14/3/24	Sexta-feira 15/3/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate
	Biscoito Maisena	Pão francês com manteiga	Biscoito salgado	Pão francês com manteiga	Biscoito amanteigado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca
	Coxão mole refogado	Peito de frango refogado com brocolis	Lombo refogado	Sobrecoxa refogada	Carne de panela (Acém) com mandioca
	Repolho refogado	Goiaba	Salada de Almeirão	Salada de Acelga Melancia	
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate
	Biscoito Maisena	Pão francês com manteiga	Biscoito salgado	Pão francês com manteiga	Biscoito amanteigado

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	492,8	16	14	76


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – MARÇO 2024

DATA	Segunda-feira 11/3/24	Terça-feira 12/3/24	Quarta-feira 13/3/24	Quinta-feira 14/3/24	Sexta-feira 15/3/24
CAFÉ DA MANHÃ	Chá	Suco de uva	Chá	Suco de uva	Chá
	Biscoito sem leite	Pão francês com creme vegetal	Biscoito sem leite	Pão francês com creme vegetal	Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca
	Coxão mole refogado	Peito de frango refogado com brocolis	Lombo refogado	Sobrecoxa refogada	Carne de panela (Acém) com mandioquinha
	Repolho refogado	Goiaba	Salada de Almeirão	Salada de Acelga Melancia	
CAFÉ DA TARDE	Chá	Suco de uva	Chá	Suco de uva	Chá
	Biscoito sem leite	Pão francês com creme vegetal	Biscoito sem leite	Pão francês com creme vegetal	Biscoito sem leite

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	492,01	14	14	78


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895