

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – JUNHO 2023

DATA	Segunda-feira 3/7/23	Terça-feira 4/7/23	Quarta-feira 5/7/23	Quinta-feira 6/7/23	Sexta-feira 7/7/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa assada Salada de cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (coxão mole) com mandioquinha Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Picadinho (músculo) com batata e cenoura Banana	Arroz/ Feijão Carioca Atum com batata	Arroz / Feijão Carioca Carne moída refogada com milho
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	497,09	18,19	13,86	76,39


 Karoline S. Pimentel
 Nutricionista
 CRN 60546

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – **RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA** – JUNHO 2023

DATA	Segunda-feira 3/7/23	Terça-feira 4/7/23	Quarta-feira 5/7/23	Quinta-feira 6/7/23	Sexta-feira 7/7/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Biscoito sem Leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem Leite	Bebida de arroz Pão francês com ovo	Bebida De Arroz Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa assada Salada de cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (coxão mole) com mandioquinha Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Picadinho (músculo) com batata e cenoura Banana	Arroz/ Feijão Carioca Atum com batata	Arroz / Feijão Carioca Carne moída refogada com milho
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Biscoito sem Leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem Leite	Bebida de arroz Pão francês com ovo	Bebida De Arroz Biscoito sem leite

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	493,78	18,3	9,88	83,06


 Karoline S. Pimentel
 Nutricionista
 CRN 60546