

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

DATA	Segunda-feira 13/02/23	Terça-feira 14/02/23	Quarta-feira 15/02/23	Quinta-feira 16/02/23	Sexta-feira 17/02/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Pão de hot dog com manteiga	Leite com chocolate Pão frances com manteiga	Leite com chocolate Cereal
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isca de frango acebolada Salada de pepino	Arroz/ Feijão Preto Carne cozida Abobrinha refogada	Arroz/ Feijão Carioca Quibe de forno Salada de alface Nectarina	Macarrão Carne de panela com molho de tomate Salada de repolho	Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com tomate pimentão e cebola Cenoura refogada Melancia
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de hot dog com manteiga	Leite com chocolate Pão de hot dog com manteiga	Leite integral Pão frances com manteiga	Leite com chocolate Cereal

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	541,58	20,45	16,03	80,96

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

DATA	Segunda-feira 13/02/23	Terça-feira 14/02/23	Quarta-feira 15/02/23	Quinta-feira 16/02/23	Sexta-feira 17/02/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão de hot dog com geléia	Bebida de arroz Pão com ovo	Bebida de arroz Cereal
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isca de frango acebolada Salada de pepino	Arroz/ Feijão Preto Carne cozida Abobrinha refogada	Arroz/ Feijão Carioca Quibe de forno Salada de alface Nectarina	Macarrão Carne de panela com molho de tomate Salada de repolho	Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com tomate pimentão e cebola Cenoura refogada Melancia
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão de hot dog com geléia	Bebida de arroz Pão com ovo	Bebida de arroz Cereal

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	385,66	16,05	7,92	63,48