

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

DATA	Segunda-feira 19/2/24	Terça-feira 20/2/24	Quarta-feira 21/2/24	Quinta-feira 22/2/24	Sexta-feira 23/2/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite integral Cereal de milho	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Acém refogado Acelga refogada	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Brócolis refogado Mamão formosa	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada (patinho) Salada de pepino	Arroz/Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de Tomate Goiaba	Arroz /Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Mandioca refogada
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite integral Cereal de milho	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate 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)	528,59	20	16	76


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 19/2/24	Terça-feira 20/2/24	Quarta-feira 21/2/24	Quinta-feira 22/2/24	Sexta-feira 23/2/24
CAFÉ DA MANHÃ	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Bebida de arroz Cereal de milho	Suco de uva Pão francês com Ovo	Chá Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Acém refogado Acelga refogada	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Brócolis refogado Mamão formosa	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada (patinho) Salada de pepino	Arroz /Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de Tomate Goiaba	Arroz /Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Mandioca refogada
CAFÉ DA TARDE	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Bebida de arroz Cereal de milho	Suco de uva Pão francês com ovo	Chá 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)	489,72	17	12	79


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895