

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

DATA	Segunda-feira 10/06/24	Terça-feira 11/06/24	Quarta-feira 12/06/24	Quinta-feira 13/06/24	Sexta-feira 14/06/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Feriado	Leite com chocolate Biscoito de maisena
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de Panela (coxão mole) Salada de Pepino	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Batata doce cozida Melancia	Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com tomate e salsa Mandioquinha cozida		Macarrão com molho vermelho Abóbora refogada Acém refogado
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga		Leite com chocolate Biscoito de maisena

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)	523,77	20	18	68


Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 10/06/24	Terça-feira 11/06/24	Quarta-feira 12/06/24	Quinta-feira 13/06/24	Sexta-feira 14/06/24
CAFÉ DA MANHÃ	Chá Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Feriado	Chá Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de Panela (coxão mole) Salada de Pepino	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Batata doce cozida Melancia	Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com tomate e salsa Mandioquinha cozida		Macarrão com molho vermelho Abóbora refogada Acém refogado
CAFÉ DA TARDE	Chá Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Chá 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)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	509,3	17	12	81


Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895