



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

DATA	Segunda-feira 5/8/24	Terça-feira 6/8/24	Quarta-feira 7/8/24	Quinta-feira 8/8/24	Sexta-feira 9/8/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com abacate Biscoito salgado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) com cenoura	Arroz integral/ Feijão Carioca Lombo refogado Batata cozida Melão	Arroz/ Feijão Carioca Ovos cozidos Batata doce refogada	Arroz/ Feijão Carioca Coxão Mole Salda de Alface Morango	Arroz/ Feijão Carioca Carne Moida refogada Cenoura refogada
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com abacate Biscoito salgado

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)	727,17	29	22	104

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

DATA	Segunda-feira 5/8/24	Terça-feira 6/8/24	Quarta-feira 7/8/24	Quinta-feira 8/8/24	Sexta-feira 9/8/24
CAFÉ DA MANHÃ	Chá Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) com cenoura	Arroz integral/ Feijão Carioca Lombo refogado Batata cozida Melão	Arroz/ Feijão Carioca Ovos cozidos Batata doce refogada	Arroz/ Feijão Carioca Coxão mole Salda de Alface Morango	Arroz/ Feijão Carioca Carne Moida refogada Cenoura refogada
CAFÉ DA TARDE	Chá Biscoito sem leite	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)	525,56	21	15	73