



Secretaria de Educação
Rua Bolívia, 470 - Jardim Santo Antônio - Caieiras - SP
CEP: 07700-210 - Tel. 4442-7111

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 Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com abacate Biscoito Salgado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) com cenoura	Arroz integral/ Feijão Carioca Ovos cozidos Batata doce refogada Melão	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Batata cozida	Arroz/ Feijão Carioca Coxão mole Salda de Alface Morango	Arroz/ Feijão Carioca Carne Moída refogada Cenoura refogada
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com abacate Biscoito Salgado

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)	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 Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) com cenoura	Arroz integral/ Feijão Carioca Ovos cozidos Batata doce refogada Melão	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Batata cozida	Arroz/ Feijão Carioca Coxão mole Salda de Alface Morango	Arroz/ Feijão Carioca Carne Moída refogada Cenoura refogada
CAFÉ DA TARDE	Chá Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	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)	524,93	18,5	13	82,5