

**CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – OUTUBRO 2025**

DATA	Segunda-feira 13/10/25	Terça-feira 14/10/25	Quarta-feira 15/10/25	Quinta-feira 16/10/25	Sexta-feira 17/10/25
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga		Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão carioca Sobrecoxa de frango refogada Salada de repolho roxo	Arroz/Feijão carioca Músculo cozido c/ batata doce Goiaba	Dia do professor	Arroz/Feijão carioca Peixe cozido com tomate, batata e pimentão	Arroz/Feijão carioca Isclas de Coxão mole refogadas Salada de abobrinha cozida Abacaxi
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga		Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>667,8</b>	<b>25,1</b>	<b>19,2</b>	<b>97,2</b>

**CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – OUTUBRO 2025**

DATA	Segunda-feira 13/10/25	Terça-feira 14/10/25	Quarta-feira 15/10/25	Quinta-feira 16/10/25	Sexta-feira 17/10/25
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal		Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão carioca Sobrecoxa de frango refogada Salada de repolho roxo	Arroz/Feijão carioca Músculo cozido c/ batata doce Goiaba	Dia do professor	Arroz/Feijão carioca Peixe cozido com tomate, batata e pimentão	Arroz/Feijão carioca Isclas de Coxão mole refogadas Salada de abobrinha cozida Abacaxi
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal		Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Biscoito maisena 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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>725,3</b>	<b>24</b>	<b>17,6</b>	<b>102,4</b>