

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

DATA	Segunda-feira 10/11/25	Terça-feira 11/11/25	Quarta-feira 12/11/25	Quinta-feira 13/11/25	Sexta-feira 14/11/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	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 leite
ALMOÇO	Arroz/Feijão carioca Isclas de coxão mole cozidas com batata	Arroz/Feijão carioca Lombo refogado Salada de couve Banana	Arroz/Feijão carioca Ovo mexido Salada de beterraba cozida	Arroz/Feijão carioca Carne de panela (músculo) Salada de abobrinha cozida Pêssego	Macarrão com molho de tomate Sobrecoca refogada c/ pimentão Salada de pepino
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	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 leite

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	572	19,9	16,8	83,6

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

DATA	Segunda-feira 10/11/25	Terça-feira 11/11/25	Quarta-feira 12/11/25	Quinta-feira 13/11/25	Sexta-feira 14/11/25
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite
ALMOÇO	Arroz/Feijão carioca Isclas de coxão mole cozidas com batata	Arroz/Feijão carioca Lombo refogado Salada de couve Banana	Arroz/Feijão carioca Ovo mexido Salada de beterraba cozida	Arroz/Feijão carioca Carne de panela (músculo) Salada de abobrinha cozida Pêssego	Macarrão com molho de tomate Sobrecoca refogada c/ pimentão Salada de pepino
CAFÉ DA TARDE	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	594,6	15,9	13,9	86,4