

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – Maio 2026

DATA	Segunda-feira 18/5/26	Terça-feira 19/5/26	Quarta-feira 20/5/26	Quinta-feira 21/5/26	Sexta-feira 22/5/26
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito maisena
ALMOÇO	Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado com batata	Arroz / Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de alface	Arroz / Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Quiabo refogado	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de pepino Mexerica
CAFÉ DA TARDE	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito maisena

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)	811,92	38	25	108

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – Maio 2026

DATA	Segunda-feira 18/5/26	Terça-feira 19/5/26	Quarta-feira 20/5/26	Quinta-feira 21/5/26	Sexta-feira 22/5/26
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com ovo mexido	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite
ALMOÇO	Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado com batata	Arroz / Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de alface	Arroz / Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Quiabo refogado	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de pepino Mexerica
CAFÉ DA TARDE	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com ovo mexido	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	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)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	880,92	34	20	116

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista Responsável
Técnico CRN-3: 31328