

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

DATA	Segunda-feira 25/5/26	Terça-feira 26/5/26	Quarta-feira 27/5/26	Quinta-feira 28/5/26	Sexta-feira 29/5/26
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de cenoura cozida	Macarrão com molho de tomate Carne moída refogada Salada de abobrinha cozida Mexerica	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de chuchu cozido	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de repolho roxo Melão
CAFÉ DA TARDE	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate

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)	798,18	39	25	103

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

DATA	Segunda-feira 25/5/26	Terça-feira 26/5/26	Quarta-feira 27/5/26	Quinta-feira 28/5/26	Sexta-feira 29/5/26
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com ovo mexido	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de cenoura cozida	Macarrão com molho de tomate Carne moída refogada Abobrinha refogada Mexerica	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de chuchu cozido	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de repolho roxo Melão
CAFÉ DA TARDE	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com ovo mexido	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)	864,95	35	20	111

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista Responsável
Técnico CRN-3: 31328