

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – ABRIL

DATA	Segunda-feira 24/4/23	Terça-feira 25/4/23	Quarta-feira 26/4/23	Quinta-feira 27/4/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite Integral Cereal	Leite com Pão francês c
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne (músculo) com batata	Arroz/ Feijão Carioca Isca de frango com pimentão e cebola Berinjela refogada Maçã	Macarrão Carne moída com molho de tomate Brócolis refogado Caqui	Arroz / Feij Carne de pa Salada d Larç
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite Integral Cereal	Leite com Pão francês c

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA			
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	524,07	17,31	13,08

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – **RESTRIÇÃO AO LEITE**

DATA	Segunda-feira 24/4/23	Terça-feira 25/4/23	Quarta-feira 26/4/23	Quinta-feira 27/4/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão de forma como geleia	Bebida c Pão francês
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne (músculo) com batata	Arroz/ Feijão Carioca Isca de frango com pimentão e cebola Berinjela refogada Maçã	Macarrão Carne moída com molho de tomate Brócolis refogado Caqui	Arroz / Feij Carne de pa Salada d Larç
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão de forma como geleia	Bebida c Pão francês

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA			
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	444,77	13,37	8,44

2023

Quarta-feira 25/4/23	Sexta-feira 28/4/23
chocolate com manteiga	Leite com abacate Biscoito salgado
Arroz Carioca Canela (acém) Cebola e chuchu Batata-doce	Arroz/ Feijão Carioca Peixe ensopado Salada de tomate Batata-doce
chocolate com manteiga	Leite com abacate Biscoito salgado

Carboidrato (g)
86,6

DE VACA – ABRIL 2023

Quarta-feira 25/4/23	Sexta-feira 28/4/23
Arroz com geleia	Bebida de arroz Biscoito sem leite
Arroz Carioca Canela (acém) Cebola e chuchu Batata-doce	Arroz/ Feijão Carioca Peixe ensopado Salada de tomate Batata-doce
Arroz com geleia	Bebida de arroz Biscoito sem leite

Carboidrato (g)
81,5