

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – SETEMBRO 2023

DATA	Segunda-feira 25/9/23	Terça-feira 26/9/23	Quarta-feira 27/9/23	Quinta-feira 28/9/23	Sexta-feira 29/9/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com geleia	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa Abobrinha refogada	Arroz/Feijão Carioca Quibe (carne moída) Salada de pepino Melão	Arroz/ <b>Feijão preto</b> Lombo refogado Salada de acelga	Arroz/Feijão carioca Carne de panela com mandioquinha (músculo) Mamão formosa	Macarrão com Molho Isclas de frango Brocolis refogado
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com geleia	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)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>493,6</b>	<b>17,65</b>	<b>17</b>	<b>65,3</b>

  
Andressa B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 357895

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – **RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA** – SETEMBRO 2023

DATA	Segunda-feira 25/9/23	Terça-feira 26/9/23	Quarta-feira 27/9/23	Quinta-feira 28/9/23	Sexta-feira 29/9/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão de forma com geleia	Suco de uva Pão francês com Geleia	Chá Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa Abobrinha refogada	Arroz/Feijão Carioca Quibe (carne moída) Salada de pepino Melão	Arroz/ <b>Feijão preto</b> Lombo refogado Salada de acelga	Arroz/Feijão carioca Carne de panela com mandioquinha (músculo) Mamão formosa	Macarrão com Molho Isclas de frango Brocolis refogado
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão de forma com geleia	Suco de uva Pão francês com Geleia	Chá Biscoito sem leite

\*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>492,35</b>	<b>17,34</b>	<b>12,86</b>	<b>74,34</b>

  
Andressa B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 357895