

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

DATA	Segunda-feira 26/6/23	Terça-feira 27/6/23	Quarta-feira 28/6/23	Quinta-feira 29/6/23	Sexta-feira 30/6/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Bisnaguinha integral com manteiga	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite integral Biscoito amanteigado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de chuchu	Macarrão Carne moída ao molho de tomate Salada de alface	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado com pimentão Couve refogada Pera	Arroz/ Feijão Carioca Cubos de frango com alho poró Abobrinha refogada	Arroz / Feijão Carioca Carne moída com mandioca refogada Melão
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Bisnaguinha integral com manteiga	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite integral Biscoito amanteigado

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	491,15	17,95	16,38	69,63

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

DATA	Segunda-feira 26/6/23	Terça-feira 27/6/23	Quarta-feira 28/6/23	Quinta-feira 29/6/23	Sexta-feira 30/6/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Bolinho	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Bisnaguinha integral com geléia	Bebida de arroz Pão francês com ovo	Bebida De Arroz Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de chuchu	Macarrão Carne moída ao molho de tomate Salada de alface	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado com pimentão Couve refogada Pera	Arroz/ Feijão Carioca Cubos de frango com alho poró Abobrinha refogada	Arroz / Feijão Carioca Carne moída com mandioca refogada Melão
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Bolinho	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Bisnaguinha integral com geléia	Bebida de arroz Pão francês com ovo	Bebida De Arroz 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)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	490,71	18,48	10,69	79,15