

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

DATA	Segunda-feira 27/11/23	Terça-feira 28/11/23	Quarta-feira 29/11/23	Quinta-feira 30/11/23	Sexta-feira 1/12/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado de chocolate
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Atum refogado com batata	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Chuchu refogado Maçã	Arroz /Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Beterraba cozida	Macarrão ao molho Carne moída repolho refogado Melancia	Arroz /Feijão Carioca Lombo refogado Batata doce refogada
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado de chocolate

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>495,68</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>77</b>

  
Andréia B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 27/11/23	Terça-feira 28/11/23	Quarta-feira 29/11/23	Quinta-feira 30/11/23	Sexta-feira 1/12/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Chá Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Atum refogado com batata	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Chuchu refogado Maçã	Arroz /Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Beterraba cozida	Macarrão ao molho Carne moída repolho refogado Melancia	Arroz /Feijão Carioca Lombo refogado Batata doce refogada
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Chá Biscoito 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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>494,08</b>	<b>17</b>	<b>13</b>	<b>80</b>

  
Andréia B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895