

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

DATA	Segunda-feira 28/8/23	Terça-feira 29/8/23	Quarta-feira 30/8/23	Quinta-feira 31/8/23	Sexta-feira 1/9/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Bisnaguinha com geleia	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito maisena
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecosta ao molho Chuchu refogado	Arroz integral / Feijão Carioca Isca de carne com cebola Salada de almeirão Morango	Arroz / Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve	Arroz / Feijão Carioca Carne moída refogada com mandioquinha Banana	Arroz / Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de beterraba
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Bisnaguinha com geleia	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito maisena

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)	494,7	18,75	16,34	67,8