

CARDÁPIO EMEF – ANTONIO MOLINARI -ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – ABRIL 2023

| DATA | Segunda-feira 03/04/23 | Terça-feira 04/04/23 | Quarta-feira 05/04/23 | Quinta-feira 06/04/23 | Sexta-feira 07/04/23 |
|----------------------|--|--|--|---|-------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | Leite com chocolate Biscoito amanteigado | iogurte batido c/ banana Biscoito salgado | Leite com chocolate Bisnaguinha com manteiga | Chá Biscoito maisena | FERIADO |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa assada Batata refogada | Macarrão Carne desfiada com molho de tomate Salada de repolho roxo Melancia | Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com batatas e pimentão Abóbora refogada | Pão de hot dog Carne desfiada Suco de uva Banana | |
| CAFÉ DA TARDE | Leite com chocolate Biscoito salgado | Banana | Laranja | Melancia | |

CARDAPIO EMEF ANTONIO MOLINARI – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – ABRIL 2023

| DATA | Segunda-feira 03/04/23 | Terça-feira 04/04/23 | Quarta-feira 05/04/23 | Quinta-feira 06/04/23 | Sexta-feira 07/04/23 |
|----------------------|--|--|--|---|-------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | Bebida de arroz Biscoito sem leite | Suco de uva Biscoito sem leite | Bebida de arroz Bisnaguinha com geleia | Chá Pão francês com geleia | FERIADO |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa assada Batata refogada | Macarrão Carne desfiada com molho de tomate Salada de repolho roxo Melancia | Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com batatas e pimentão Abóbora refogada | Pão de hot dog Carne desfiada Suco de uva Banana | |
| CAFÉ DA TARDE | Bebida de arroz Biscoito sem leite | Banana | Laranja | Melancia | |

*Cardápio sujeito a alterações

CARDÁPIO EMEF – ANTONIO MOLINARI -ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – ABRIL 2023

| DATA | Segunda-feira 10/04/23 | Terça-feira 11/04/23 | Quarta-feira 12/04/23 | Quinta-feira 13/04/23 | Sexta-feira 14/04/23 |
|----------------------|--|---|---|--|---|
| CAFÉ DA MANHÃ | Chá Bolinho | Leite com chocolate Biscoito maisena | Leite com chocolate Pão de forma integral com manteiga | Leite com chocolate Pão francês com manteiga | Leite com chocolate Biscoito amanteigado |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de cenoura | Macarrão Músculo cozido com molho de tomate Salada de abobrinha Banana | Arroz/ Feijão Carioca Quibe de forno Salada de alface Maçã | Arroz integral/ Feijão Carioca Carne (acém) cozida com mandioquinha Caqui | Arroz/ Feijão Carioca Strognoff de frango Salada de beterraba |
| CAFÉ DA TARDE | Leite com chocolate Biscoito salgado | Caqui | Banana | Maçã | Leite com chocolate Biscoito salgado |

| 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) | 705,94 | 21,32 | 17,52 | 120,38 |

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

| DATA | Segunda-feira 10/04/23 | Terça-feira 11/04/23 | Quarta-feira 12/04/23 | Quinta-feira 13/04/23 | Sexta-feira 14/04/23 |
|----------------------|--|---|---|--|---|
| CAFÉ DA MANHÃ | Bebida de arroz Bolinho | Suco de uva Biscoito sem leite | Bebida de arroz Pão de forma integral com geleia | Chá Pão francês com geleia | Bebida de arroz Biscoito sem leite |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de cenoura | Macarrão Músculo cozido com molho de tomate Salada de abobrinha Banana | Arroz/ Feijão Carioca Quibe de forno Salada de alface Maçã | Arroz integral/ Feijão Carioca Carne (acém) cozida com mandioquinha Caqui | Arroz/ Feijão Carioca Strognoff de frango Salada de beterraba |
| CAFÉ DA TARDE | Bebida de arroz Biscoito sem leite | Caqui | Banana | Maçã | 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) | 599,86 | 16,8 | 12,01 | 110,43 |
|---|---------------|-------------|--------------|---------------|

CARDÁPIO EMEF – ANTONIO MOLINARI -ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – ABRIL 2023

| DATA | Segunda-feira 17/04/23 | Terça-feira 18/04/23 | Quarta-feira 19/04/23 | Quinta-feira 20/04/23 | Sexta-feira 21/04/23 |
|----------------------|---|---|---|--|-------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | Leite com chocolate Biscoito amanteigado | Leite com chocolate Biscoito amanteigado | Leite com chocolate Bisnaguinha integral com geleia | Chá Biscoito maisena | FERIADO |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Coxão Mole acebolado Salada de pepino | Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Vagem refogada Banana | Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve Melão | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela(acém) Salada de beterraba | |
| CAFÉ DA TARDE | Leite com chocolate Biscoito salgado | Melão | Banana | Laranja | |

| 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) | 573,19 | 19,04 | 6,85 | 112,56 |

CARDÁPIO EMEF ANTONIO MOLINARI – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – ABRIL 2023

| DATA | Segunda-feira 17/04/23 | Terça-feira 18/04/23 | Quarta-feira 19/04/23 | Quinta-feira 20/04/23 | Sexta-feira 21/04/23 |
|----------------------|---|---|---|--|-------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | Bebida de arroz Biscoito sem leite | Suco de uva Biscoito sem leite | Bebida de arroz Bisnaguinha integral com geleia | Chá Biscoito sem leite | FERIADO |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Coxão Mole acebolado Salada de pepino | Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Vagem refogada Banana | Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve Melão | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela(acém) Salada de beterraba | |
| CAFÉ DA TARDE | Bebida de arroz Biscoito sem leite | Melão | Banana | Laranja | |

*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) | 652,49 | 22,91 | 11,49 | 117,66 |

CARDÁPIO EMEF – ANTONIO MOLINARI -ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS)

| DATA | Segunda-feira 24/4/23 | Terça-feira 25/4/23 | Quarta-feira 26/4/23 | Quinta-feira 27/4/23 |
|----------------------|---|--|--|---|
| CAFÉ DA MANHÃ | Chá 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 Biscoito salgado | Laranja | Maçã | Ca |

| VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA | | | |
|--|----------------|--------------|--------------|
| Ensino / Faixa Etária | Energia (Kcal) | Proteína (g) | Lipídeos (g) |
| FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS) | 563,34 | 17,72 | 13,13 |

CARDÁPIO EMEF ANTONIO MOLINARI – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – **RESTRITO** ABRIL 2023

| 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 | Suco de uva Biscoito sem leite | Bebida de arroz Pão de forma como geleia | 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 Biscoito sem leite | Laranja | Maçã | Ca |

*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) | 484,05 | 13,78 | 8,49 |

DS) – ABRIL 2023

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

| Quantidade |
|-----------------|
| Carboidrato (g) |
| 97,03 |

DIETA AO LEITE DE VACA –

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

| Quantidade |
|-----------------|
| Carboidrato (g) |
| 91,92 |