

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

DATA	Segunda-feira 5/6/23	Terça-feira 6/6/23	Quarta-feira 7/6/23	Quinta 8/6
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito de Maisena	Leite com chocolate Bolinho	FERI
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Acém) Beterraba cozida	Arroz Integral/ Feijão Carioca Carne moída Cenoura refogada Maça	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Vinagrete Laranja	
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Laranja	Maça	

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA			
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	541,11	18,69	11,23

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

DATA	Segunda-feira 5/6/23	Terça-feira 6/6/23	Quarta-feira 7/6/23	Quinta 8/6
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Bolinho	FERI
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Acém) Beterraba cozida	Arroz Integral/ Feijão Carioca Carne moída Cenoura refogada Maça	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Vinagrete Laranja	
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Laranja	Bolinho	

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA			
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	458,69	13,73	6,3

OS) – JUNHO 2023

a-feira /23	Sexta-feira 9/6/23
ADO	PONTO FACULTATIVO

RIA
Carboidrato (g)
94,11

AO LEITE DE VACA – JUNHO 2023

a-feira /23	Sexta-feira 9/6/23
ADO	PONTO FACULTATIVO

RIA
Carboidrato (g)
89,4

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

DATA	Segunda-feira 12/06/23	Terça-feira 13/06/23	Quarta-feira 14/06/23	Quinta-feira 15/06/23	Sexta-feira 16/06/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito Salgado	FERIADO	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão de hot dog com manteiga
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca ensopada Abobrinha refogada Melancia		Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Salada de chuchu	Arroz / Feijão Preto Lombo refogado Virado de couve	Arroz/ Feijão Carioca Atum com batata Melão
CAFÉ DA TARDE	Arroz Doce		Carambola	Banana	Leite com chocolate Biscoito de 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)	585,57	19	17,9	90,58

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

DATA	Segunda-feira 12/06/23	Terça-feira 13/06/23	Quarta-feira 14/06/23	Quinta-feira 15/06/23	Sexta-feira 16/06/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Biscoito sem leite	FERIADO	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Chá Pão francês com geleia	Bebida de arroz Pão de hot Dog com ovo
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca ensopada Abobrinha refogada Melancia		Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Salada de chuchu	Arroz / Feijão Preto Lombo refogado Couve refogada	Arroz/ Feijão Carioca Atum com batata Melão
CAFÉ DA TARDE	Arroz Doce (com Bebida de Arroz)		Carambola	Banana	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)	Lípideos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	457,82	14,01	4,71	92,71

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

DATA	Segunda-feira 19/6/23	Terça-feira 20/6/23	Quarta-feira 21/6/23	Quinta-feira 22/6/23	Sexta-feira 23/6/23
CAFÉ DA MANHÃ	Chá Biscoito de maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite integral Cereal
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isca de carne Batata doce cozida	Arroz/ Feijão Carioca Frango refogado Salada de acelga	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Berinjela refogada Laranja	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Brócolis refogado Banana	Arroz/ Feijão Carioca Isca de frango com Cenoura Carambola
CAFÉ DA TARDE	Carambola	Canjica	Maça	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Melancia

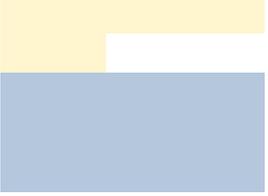
VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	710,35	21,81	20,13	114,44

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

DATA	Segunda-feira 19/6/23	Terça-feira 20/6/23	Quarta-feira 21/6/23	Quinta-feira 22/6/23	Sexta-feira 23/6/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão de forma como geleia	Bebida de arroz Pão francês com ovo	Bebida de arroz Cereal
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isca de carne Batata doce cozida	Arroz/ Feijão Carioca Frango refogado Salada de acelga	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Berinjela refogada Laranja	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Brócolis refogado Banana	Arroz/ Feijão Carioca Isca de frango com Cenoura
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Canjica	Maça	Leite com chocolate	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)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	549,06	18,22	9,27	97,12



CARDÁPIO EMEF – ANTONIO MOLINARI -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	Chá 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 Melancia	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	Carambola	Mamão	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Laranja

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)	493,34	16,34	15,43	74,99

CARDÁPIO EMEF ANTONIO MOLINARI – 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	Suco de uva Biscoito sem leite	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 Melancia	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 Biscoito sem leite	Carambola	Mamão	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Laranja

*Cardápio sujeito a alterações

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)	492,14	15,1	10,4	82,82