


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

| DATA | Segunda-feira 18/12/23 | Terça-feira 19/12/23 | Quarta-feira 20/12/23 | Quinta-feira 21/12/23 | Sexta-feira 22/12/23 |
|---------------|---|--|--------------------------|--------------------------|-------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | Leite com chocolate Biscoito | Leite com chocolate Biscoito | | | |
| ALMOÇO | Arroz /Feijão Carioca Frango refogado com Legume | Arroz/ Feijão Carioca Carne refogada com legume | | | |
| CAFÉ DA TARDE | Leite com chocolate Biscoito | Leite com chocolate Biscoito | | | |

| 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) | 494,52 | 18 | 12,5 | 72,5 |



Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

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

| DATA | Segunda-feira 18/12/23 | Terça-feira 19/12/23 | Quarta-feira 20/12/23 | Quinta-feira 21/12/23 | Sexta-feira 22/12/23 |
|---------------|---|--|--------------------------|--------------------------|-------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | Chá Biscoito sem leite | Chá Biscoito sem leite | | | |
| ALMOÇO | Arroz /Feijão Carioca Frango refogado com Legume | Arroz/ Feijão Carioca Carne refogada com legume | | | |
| CAFÉ DA TARDE | Chá Biscoito sem leite | 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) |
| FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS) | 492,55 | 17 | 12,5 | 78 |


Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895