

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – MARÇO 2024

DATA	Segunda-feira 4/3/24	Terça-feira 5/3/24	Quarta-feira 6/3/24	Quinta-feira 7/3/24	Sexta-feira 8/3/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Cereal com leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Abobrinha refogada	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado com batata Melancia	Macarrão com carne moída (Patinho) ao molho Chuchu cozido	Arroz /Feijão Carioca Acém refogado couve flor refogada Banana	Arroz /Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Berinjela refogada
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Cereal com leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado

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>492,8</b>	<b>16</b>	<b>14</b>	<b>76</b>

  
Andréia B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – MARÇO 2024

DATA	Segunda-feira 4/3/24	Terça-feira 5/3/24	Quarta-feira 6/3/24	Quinta-feira 7/3/24	Sexta-feira 8/3/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Cereal com bebida de arroz	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Chá Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Abobrinha refogada	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado com batata Melancia	Macarrão com carne moída (Patinho) ao molho Chuchu cozido	Arroz /Feijão Carioca Acém refogado couve flor refogada Banana	Arroz /Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Berinjela refogada
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Cereal com bebida de arroz	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>492,01</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>78</b>