

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

DATA	Segunda-feira 27/03/23	Terça-feira 28/03/23	Quarta-feira 29/03/23	Quinta-feira 30/03/23	Sexta-feira 31/03/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Bisnaguinha com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com abacate Biscoito maisena
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isca de coxão mole acebolada Abóbora refogada	Arroz/Feijão Carioca Frango com Quiabo Ameixa	Arroz/ Feijão Carioca Ovo cozido Salada de tomate Goiaba	Macarrão Carne moída com molho Salada de cenoura Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela(acém) Com batata doce
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Bisnaguinha com manteiga	Leite com abacate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena

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)	584,76	17,26	20,73	84,88

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

DATA	Segunda-feira 27/03/23	Terça-feira 28/03/23	Quarta-feira 29/03/23	Quinta-feira 30/03/23	Sexta-feira 31/03/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Bisnaguinha com geleia	Bebida de arroz Pão francês com geleia	Suco de uva Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isca de coxão mole acebolada Abóbora refogada	Arroz/Feijão Carioca Frango com Quiabo Ameixa	Arroz/ Feijão Carioca Ovo cozido Salada de tomate Goiaba	Macarrão Carne moída com molho Salada de cenoura Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela(acém) Com batata doce
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Bisnaguinha com geleia	Bebida de arroz Pão francês com geleia	Suco de uva 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)	419,78	12,51	5,46	81,73