

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

DATA	Segunda-feira 04/09/23	Terça-feira 05/09/23	Quarta-feira 06/09/23	Quinta-feira 07/09/23	Sexta-feira 08/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito amanteigado		
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecosta ao molho Chuchu refogado	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de acelga Banana	Macarrão com molho Isclas de carne Abobrinha refogada		
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Banana	Abacaxi	Chá Biscoito salgado		

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>493,6</b>	<b>18,67</b>	<b>15,34</b>	<b>65,31</b>

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

DATA	Segunda-feira 04/09/23	Terça-feira 05/09/23	Quarta-feira 06/09/23	Quinta-feira 07/09/23	Sexta-feira 08/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite		
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecosta ao molho Chuchu refogado	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de acelga Banana	Macarrão com molho Isclas de carne Abobrinha refogada		
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Banana	Abacaxi	Chá 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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>492,36</b>	<b>17,85</b>	<b>14,3</b>	<b>76,38</b>

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

DATA	Segunda-feira 18/09/23	Terça-feira 19/09/23	Quarta-feira 20/09/23	Quinta-feira 21/09/23	Sexta-feira 22/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Bisnaguinha com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída com chuchu	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa ao molho Salada de alface Morango	Arroz / Feijão Carioca Lombo suíno Couve-flor refogada	Arroz / Feijão Carioca Isclas de carne Berinjela refogada Melancia	Arroz / Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de beterraba
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Pera	Morango	Leite com chocolate Brownie	Melancia

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>493,56</b>	<b>19,2</b>	<b>14,36</b>	<b>65,34</b>

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

DATA	Segunda-feira 18/09/23	Terça-feira 19/09/23	Quarta-feira 20/09/23	Quinta-feira 21/09/23	Sexta-feira 22/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Bisnaguinha com geleia	Chá Pão francês com geleia	Suco de uva Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída com chuchu	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa ao molho Salada de alface Morango	Arroz / Feijão Carioca Lombo suíno Couve-flor refogada	Arroz / Feijão Carioca Isclas de carne Berinjela refogada Melancia	Arroz / Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de beterraba
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Suco de uva Biscoito sem leite	Pera	Morango	Chá Brownie	Melancia

\*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>493,6</b>	<b>17,68</b>	<b>13,6</b>	<b>76,58</b>

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

DATA	Segunda-feira 11/09/23	Terça-feira 12/09/23	Quarta-feira 13/09/23	Quinta-feira 14/09/23	Sexta-feira 15/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída com cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca ao molho Almeirão refogado Maçã	Arroz / Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve Pera	Arroz / Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate 0	Arroz / Feijão Carioca Isclas de carne com cebola e salsa Salada de repolho
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito maisena	Pera	Maçã	Mamão	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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>494,5</b>	<b>19,22</b>	<b>16,54</b>	<b>66,38</b>

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

DATA	Segunda-feira 11/09/23	Terça-feira 12/09/23	Quarta-feira 13/09/23	Quinta-feira 14/09/23	Sexta-feira 15/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Bebida de arroz Bolinho	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão francês com geleia	Bebida de arroz Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída com cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca ao molho Almeirão refogado Maçã	Arroz / Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve Pera	Arroz / Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate 0	Arroz / Feijão Carioca Isclas de carne com cebola e salsa Salada de repolho
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Bebida de arroz com cacau Biscoito sem leite	Pera	Maçã	Mamão	Bebida de arroz com cacau 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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>493,62</b>	<b>18,28</b>	<b>14,24</b>	<b>77,68</b>

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

DATA	Segunda-feira 25/09/23	Terça-feira 26/09/23	Quarta-feira 27/09/23	Quinta-feira 28/09/23	Sexta-feira 29/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com geleia	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa Abobrinha refogada	Arroz/ Feijão Carioca Quibe (carne moída) Salada de pepino Melão	Arroz/ <b>Feijão preto</b> Lombo refogado Salada de acelga	Arroz/Feijão carioca Carne de panela com mandioquinha (músculo) Mamão formosa	Macarrão com Molho Isclas de frango Brocolis refogado
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Chá Biscoito	Mamão	Banana	Melão	Suco de uva Biscoito

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>493,6</b>	<b>18,67</b>	<b>15,34</b>	<b>65,31</b>

  
Andréia D. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 25/09/23	Terça-feira 26/09/23	Quarta-feira 27/09/23	Quinta-feira 28/09/23	Sexta-feira 29/09/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão de forma com geleia	Suco de uva Pão francês com Geleia	Chá Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa Abobrinha refogada	Arroz/ Feijão Carioca Quibe (carne moída) Salada de pepino Melão	Arroz/ <b>Feijão preto</b> Lombo refogado Salada de acelga	Arroz/Feijão carioca Carne de panela com mandioquinha (músculo) Mamão formosa	Macarrão com Molho Isclas de frango Brocolis refogado
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Chá Biscoito sem leite	Mamão	Banana	Melão	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)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>492,36</b>	<b>17,85</b>	<b>14,3</b>	<b>76,38</b>

  
Andréia D. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895