

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – FEVEREIRO/2022

DATA	Segunda-Feira 21/02	Terça-Feira 22/02	Quarta-Feira 23/02	Quinta-Feira 24/02	Sexta-Feira 25/02
Café da Manhã PARCIAL	✓ Leite batido com abacate ✓ Biscoito salgado	✓ Leite com chocolate ✓ Pão de forma integral com geleia	✓ Leite com chocolate ✓ Bisnaguinha ✓ Ovo mexido ✓ Banana	✓ Leite batido com abacate ✓ Bolinho individual	✓ Leite com cereal de milho
Almoço PARCIAL	✓ Salada de acelga ✓ Carne moída com refogada cebolinha ✓ Arroz/Feijão Carioca ✓ Maçã	✓ Salada de abobrinha ✓ Músculo cozido com mandioquinha ✓ Arroz/Feijão Carioca	✓ Salada de beterraba ✓ Peixe cozido com batata e pimentão ✓ Arroz/Feijão Carioca ✓ Melancia	✓ Salada de pepino ✓ Iscas de coxão mole ✓ aceboladas ✓ Macarrão com molho de tomate ✓ Laranja	✓ Salada de repolho ✓ Sobrecoxa de frango assada com abóbora e cebola ✓ Arroz/Feijão Carioca ✓ Abacaxi
Café da Tarde PARCIAL	✓ Leite batido com abacate ✓ Biscoito salgado	✓ Leite com chocolate ✓ Pão de forma integral com geleia	✓ Leite com chocolate ✓ Bisnaguinha ✓ Ovo mexido ✓ Banana	✓ Leite batido com abacate ✓ Bolinho individual	✓ Leite com cereal de milho

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA – SEMANA DE 21/02/2021 À 25/02/2022

Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
EMEF PARCIAL (DE 6 A 10 ANOS)	613,1	22,4	18,9	90,2

****Cardápio sujeito a alterações****



Setor de Alimentação
Escolar

Felipe Xavier Manfra – Nutricionista Resp. Técnico – CRN-3: 31328

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA - FEVEREIRO/2022

DATA	Segunda-Feira 21/02	Terça-Feira 22/02	Quarta-Feira 23/02	Quinta-Feira 24/02	Sexta-Feira 25/02
Café da Manhã PARCIAL	✓ Bebida a base de soja batida com abacate ✓ Biscoito salgado	✓ Chá mate ✓ Pão de forma integral com geleia	✓ Bebida a base de soja com chocolate ✓ Bisnaguinha ✓ Ovo mexido ✓ Banana	✓ Chá mate ✓ Bolinho individual	✓ Bebida a base de soja ✓ Cereal de milho sem leite
Almoço PARCIAL	✓ Salada de acelga ✓ Carne moída com refogada cebolinha ✓ Arroz/Feijão Carioca ✓ Maçã	✓ Salada de abobrinha ✓ Músculo cozido com mandioquinha ✓ Arroz/Feijão Carioca	✓ Salada de beterraba ✓ Peixe cozido com batata e pimentão ✓ Arroz/Feijão Carioca ✓ Melancia	✓ Salada de pepino ✓ Iscas de coxão mole ✓ aceboladas ✓ Macarrão com molho de tomate ✓ Laranja	✓ Salada de repolho ✓ Sobrecoxa de frango assada com abóbora e cebola ✓ Arroz/Feijão Carioca ✓ Abacaxi
Café da Tarde PARCIAL	✓ Bebida a base de soja batida com abacate ✓ Biscoito salgado	✓ Chá mate ✓ Pão de forma integral com geleia	✓ Bebida a base de soja com chocolate ✓ Bisnaguinha ✓ Ovo mexido ✓ Banana	✓ Chá mate ✓ Bolinho individual	✓ Bebida a base de soja ✓ Cereal de milho sem leite

****Cardápio sujeito a alterações****



Setor de Alimentação
Escolar

Felipe Xavier Manfra – Nutricionista Resp. Técnico – CRN-3: 31328