

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

DATA	Segunda-feira 01/08/22	Terça-feira 02/08/22	Quarta-feira 03/08/22	Quinta-feira 04/08/22	Sexta-feira 05/08/22
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com Chocolate Biscoito amanteigado	Leite com Chocolate Biscoito maisena	Leite com Chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Maisena	chá mate bolo de laranja
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de frango refogada com salsa e tomate Quiabo refogado Laranja	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de coxão mole acebolada Maça	Arroz/ Feijão Carioca Lombo assado Salada de beterraba cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída com abobrinha Banana	Arroz/ Feijão Carioca Acém refogado com cebola e salsa Salada de Acelga
CAFÉ DA TARDE	Leite com Chocolate Biscoito amanteigado	Leite com Chocolate Biscoito maisena	Leite com Chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Maisena	chá mate bolo de laranja

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)	490,6	19,6	9,5	83,1

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

DATA	Segunda-feira 01/08/22	Terça-feira 02/08/22	Quarta-feira 03/08/22	Quinta-feira 04/08/22	Sexta-feira 05/08/22
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida à base de soja Ovo Mexido	Bebida à base de soja Biscoito maisena sem leite	Bebida à base de soja Biscoito maisena sem leite	Bebida à base de soja Biscoito maisena sem leite	chá mate Bolo de laranja
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de frango refogada com salsa e tomate Quiabo refogado Laranja	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de coxão mole acebolada Maça	Arroz/ Feijão Carioca Lombo assado Salada de beterraba cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída com abobrinha Banana	Arroz/ Feijão Carioca Acém refogado com cebola e salsa Salada de Acelga
CAFÉ DA TARDE	Bebida à base de soja Ovo Mexido	Bebida à base de soja Biscoito maisena sem leite	Bebida à base de soja Biscoito maisena sem leite	Bebida à base de soja Biscoito maisena sem leite	chá mate Bolo de laranja

*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)	443,2	17,7	6,2	80,1