



Secretaria de Educação
Rua Bolívia, 470 - Jardim Santo Antônio - Campinas - SP
CEP: 07700-210 - Tel. 4443-7111

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

DATA	Segunda-feira 6/11/23	Terça-feira 7/11/23	Quarta-feira 8/11/23	Quinta-feira 9/11/23	Sexta-feira 10/11/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Filé de frango refogado (desfiado) Berinjela refogada	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Vagem refogada Banana	Arroz/ Feijão Carioca Carne refogada Batata doce refogada	Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Folha refogada Pêssego	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela desfiada (músculo) Chuchu refogado (amassado)
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com manteiga	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)	Lípideos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	493,15	16,24	12,62	62,24





Secretaria de Educação
Rua Bolívia, 476 - Jardim Santo Antônio - Caiéiras - SP
CEP: 07700-210 - Tel. 4443-7111

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

DATA	Segunda-feira 6/11/23	Terça-feira 7/11/23	Quarta-feira 8/11/23	Quinta-feira 9/11/23	Sexta-feira 10/11/23
CAFÉ DA MANHÃ	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão de forma com ovo	Suco de uva Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Filé de frango refogado (desfiado) Berinjela refogada	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Vagem refogada Banana	Arroz/ Feijão Carioca Carne refogada Batata doce refogada	Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Folha refogada Pêssego	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela desfiada (músculo) Chuchu refogado (amassado)
CAFÉ DA TARDE	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão de forma com ovo	Suco de uva Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA			
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	492,36	14,26	61,32

Assinado
Município de Caiéiras
2023/11/05