

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

DATA	Segunda-feira 14/8/23	Terça-feira 15/8/23	Quarta-feira 16/8/23	Quinta-feira 17/8/23	Sexta-feira 18/8/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com manteiga	Leite com chocolate Pão Francês com manteiga	Vitamina de abacate Biscoito Amanteigado
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) com Cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa de frango refogada c/ salsa Salada de alface	<b>Arroz / Feijão Carioca</b> Carne refogada (músculo) Salada de couve-flor Banana	Arroz / Feijão Carioca Carne moída refogada com tomate Batata doce a dorê Abacaxi	Arroz / Feijão Carioca Lombo refogado com pimentão Beterraba cozida
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite integral Biscoito de maisena	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão de forma com manteiga	Leite com chocolate Pão Francês com manteiga	Vitamina de abacate Biscoito Amanteigado

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>496,3</b>	<b>19,34</b>	<b>17,85</b>	<b>68,4</b>



Karolyne S. Pimentel  
Nutricionista  
CRN 60546

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

DATA	Segunda-feira 14/8/23	Terça-feira 15/8/23	Quarta-feira 16/8/23	Quinta-feira 17/8/23	Sexta-feira 18/8/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão de forma com geléia	Bebida de arroz Pão francês com geléia	Vitamina de abacate (c/ bebida de arroz) Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) com Cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa de frango refogada c/ salsa Salada de alface	<b>Arroz / Feijão Carioca</b> Carne refogada (músculo) Salada de couve-flor Banana	Arroz / Feijão Carioca Carne moída refogada com tomate Batata doce a dorê Abacaxi	Arroz / Feijão Carioca Lombo refogado com pimentão Beterraba cozida
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Biscoito sem leite	Bebida de arroz Pão de forma com geléia	Bebida de arroz Pão francês com geléia	Vitamina de abacate (c/ bebida de arroz) 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>493,6</b>	<b>17,26</b>	<b>14,36</b>	<b>76,32</b>



Karolyne S. Pimentel  
Nutricionista  
CRN 60546