

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – MAIC

DATA	Segunda-feira 15/5/23	Terça-feira 16/5/23	Quarta-feira 17/5/23	Quinta-feira 18/5/23
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Bisnaguinha com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Lombo Suíno refogado com pimentão Salada de Cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Isca de Carne Salada de espinafre Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca de frango refogada Quiabo refogado Maçã	Arroz / Feijão Carne de panela Salada de alface Pê
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito de maisena	Leite com chocolate Bisnaguinha com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com leite

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA			
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípideos (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	619,13	19,62	18,4

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – **RESTRIÇÃO AO LEITE**

DATA	Segunda-feira 15/5/23	Terça-feira 16/5/23	Quarta-feira 17/5/23	Quinta-feira 18/5/23
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida de arroz Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Bisnaguinha como geleia	Bebida de arroz Pão francês
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Lombo Suíno refogado com pimentão Salada de Cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Isca de Carne Salada de espinafre Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca de frango refogada Quiabo refogado Maçã	Arroz / Feijão Carne de panela Salada de alface Pê
CAFÉ DA TARDE	Bebida de arroz Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Bebida de arroz Bisnaguinha como geleia	Bebida de arroz Pão francês

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA			
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípideos (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	551,96	15,83	14,73

2023

Quarta-feira 15/5/23	Sexta-feira 19/5/23
chocolate com manteiga	Leite com abacate Biscoito de Maisena
Arroz Carrioca Melancia (acém) Beterraba Batata	Arroz/ Feijão Carrioca Picadinho (Músculo) Com batata
chocolate com manteiga	Leite com abacate Biscoito de Maisena

Quantidade
Carboidrato (g)
96,41

DE VACA – MAIO 2023

Quarta-feira 15/5/23	Sexta-feira 19/5/23
Bebida de arroz Biscoito com geleia	Bebida de arroz Biscoito sem leite
Arroz Carrioca Melancia (acém) Beterraba Batata	Arroz/ Feijão Carrioca Picadinho (Músculo) Com batata
Bebida de arroz Biscoito com geleia	Bebida de arroz Biscoito sem leite

Quantidade
Carboidrato (g)
92,12