



CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – AGOSTO 2024

DATA	Segunda-feira 12/8/24	Terça-feira 13/8/24	Quarta-feira 14/8/24	Quinta-feira 15/8/24	Sexta-feira 16/8/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Abobrinha cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Acém) Salada de almeirão Mexericá	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Cenoura refogada	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com Mandioca cozida Morango	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Berinjela refogada
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	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)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	677,76	28	18	103

CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – AGOSTO 2024

DATA	Segunda-feira 12/8/24	Terça-feira 13/8/24	Quarta-feira 14/8/24	Quinta-feira 15/8/24	Sexta-feira 16/8/24
CAFÉ DA MANHÃ	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com ovo	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Suco de uva Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Abobrinha cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Acém) Salada de almeirão Mexericá	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Cenoura refogada	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com Mandioca cozida Morango	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Berinjela refogada
CAFÉ DA TARDE	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com ovo	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Suco de uva Biscoito sem leite

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA

Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	627,83	25	11	107