



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

DATA	Segunda-feira 23/9/24	Terça-feira 24/9/24	Quarta-feira 25/9/24	Quinta-feira 26/9/24	Sexta-feira 27/9/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite integral Cereal de milho	Leite com chocolate Pão francês com manteiga/Melão	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com abacate Biscoito salgado
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de Coxão mole Abobrinha refogada	<b>Arroz/ Feijão Preto</b> Carne moída refogada Salada de pepino	Arroz/ Feijão Carioca Omelete de forno Salada de almeirão Banana	Arroz/ Feijão Carioca Acém refogado Couve flor/brócolis cozidos	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de tomate Laranja
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite integral Cereal de milho	Leite com chocolate Pão francês com manteiga/Melão	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com abacate Biscoito salgado

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>715,45</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>104</b>

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

DATA	Segunda-feira 23/9/24	Terça-feira 24/9/24	Quarta-feira 25/9/24	Quinta-feira 26/9/24	Sexta-feira 27/9/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Bebida vegetal Cereal de milho	Suco de uva Pão francês com ovo/Melão	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Bebida vegetal com abacate Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de Coxão mole Abobrinha refogada	<b>Arroz/ Feijão Preto</b> Carne moída refogada Salada de pepino	Arroz/ Feijão Carioca Omelete de forno Salada de almeirão Banana	Arroz/ Feijão Carioca Acém refogado Couve flor/brócolis cozidos	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de tomate Laranja
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Bebida vegetal Cereal de milho	Suco de uva Pão francês com ovo/Melão	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Pão francês com ovo	Bebida vegetal com abacate 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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>685,78</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>102</b>