

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

DATA	Segunda-feira 18/11/24	Terça-feira 19/11/24	Quarta-feira 20/11/24	Quinta-feira 21/11/24	Sexta-feira 22/11/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate  Biscoito maisena	Leite com chocolate  Pão francês com manteiga		Leite com chocolate  Biscoito amanteigado sabor Leite	Leite com chocolate  Biscoito Salgado
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido com cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne (coxão mole)  Salada de almeirão  Banana		Arroz/ Feijão Carioca  Ovo mexido  Salada de tomate	Arroz/ Feijão Carioca  Filé de tilápia com pimentão e batata  Laranja
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate  Biscoito maisena	Leite com chocolate  Pão francês com manteiga		Leite com chocolate  Biscoito amanteigado sabor Leite	Leite com chocolate  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>738,65</b>	<b>29</b>	<b>20</b>	<b>111</b>

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

DATA	Segunda-feira 18/11/24	Terça-feira 19/11/24	Quarta-feira 20/11/24	Quinta-feira 21/11/24	Sexta-feira 22/11/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Chá  Biscoito sem leite	Suco de uva  Pão francês com creme vegetal		Suco de uva  Biscoito sem leite	Chá  Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido com cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne (coxão mole)  Salada de almeirão  Banana		Arroz/ Feijão Carioca  Ovo mexido  Salada de tomate	Arroz/ Feijão Carioca  Filé de tilápia com pimentão e batata  Laranja
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Chá  Biscoito sem leite	Suco de uva  Pão francês com creme vegetal		Suco de uva  Biscoito sem leite	Chá  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>719,82</b>	<b>26</b>	<b>14</b>	<b>114</b>