



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

DATA	Segunda-feira 25/11/24	Terça-feira 26/11/2024	Quarta-feira 27/11/24	Quinta-feira 28/11/24	Sexta-feira 29/11/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Vitamina de abacate Biscoito salgado
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída (patinho) com cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Beterraba cozida Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa em cubos Salada de couve	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Batata doce cozida Melancia	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Abobrinha refogada
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Vitamina de 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>728,89</b>	<b>28</b>	<b>19</b>	<b>112</b>

Andressa B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 25/11/24	Terça-feira 26/11/2024	Quarta-feira 27/11/24	Quinta-feira 28/11/24	Sexta-feira 29/11/24
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Bebida vegetal Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com ovo	Vitamina de abacate com bebida vegetal Biscoito sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída (patinho) com cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Beterraba cozida Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa em cubos Salada de couve	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Batata doce cozida Melancia	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Abobrinha refogada
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Bebida vegetal Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com ovo	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Pão francês com ovo	Vitamina de abacate com bebida vegetal 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>803,15</b>	<b>30</b>	<b>24</b>	<b>119</b>

Andressa B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895