



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

DATA	Segunda-feira 9/12/24	Terça-feira 10/12/24	Quarta-feira 11/12/24	Quinta-feira 12/12/24	Sexta-feira 13/12/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite com chocolate Biscoito amanteigado chocolate	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne (coxão mole) Batata cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne (acém) refogada Salada de chuchu Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Abobora refogada Melão	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) com mandioquinha cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne cozida Salada de cenoura
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Biscoito maisena	Leite com chocolate Biscoito amanteigado chocolate	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite

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)	660,13	26	19	97

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 9/12/24	Terça-feira 10/12/24	Quarta-feira 11/12/24	Quinta-feira 12/12/24	Sexta-feira 13/12/24
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida vegetal Biscoito sem leite	Bebida vegetal Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne (coxão mole) Batata cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne (acém) refogada Salada de chuchu Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Abobora refogada Melão	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) com mandioquinha cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne cozida Salada de cenoura
CAFÉ DA TARDE	Bebida vegetal Biscoito sem leite	Bebida vegetal Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite	Chá Biscoito sem leite	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)	602,42	21	12	88

Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895