

CARDÁPIO EMEF NAHYR MENDES – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – FEVEREIRO 2025

DATA	Segunda-feira 17/2/25	Terça-feira 18/2/25	Quarta-feira 19/2/25	Quinta-feira 20/2/25	Sexta-feira 21/2/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão de forma integral com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne refogada (acém) Batata doce cozida	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de pepino	Arroz/ Feijão Carioca Lombo cozido Salada de couve Goiaba	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Abobrinha e berinjela refogada Abacaxi	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Salada de tomate
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão de forma integral com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate

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)	587,46	25	19	79

Andressa B. G. Santos
Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

CARDÁPIO EMEF NAHYR MENDES – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – FEVEREIRO 2025

DATA	Segunda-feira 17/2/25	Terça-feira 18/2/25	Quarta-feira 19/2/25	Quinta-feira 20/2/25	Sexta-feira 21/2/25
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida vegetal Biscoito sem traços de leite	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Pão de forma integral com creme vegetal	Suco de uva Biscoito de arroz
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne refogada (acém) Batata doce cozida	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de pepino	Arroz/ Feijão Carioca Lombo cozido Salada de couve Goiaba	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Abobrinha e berinjela refogada Abacaxi	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Salada de tomate
CAFÉ DA TARDE	Bebida vegetal Biscoito sem traços de leite	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Pão de forma integral com creme vegetal	Suco de uva Biscoito de arroz

*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)	693,9	22	17	102

Andressa B. G. Santos
Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895