

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

DATA	Segunda-feira 3/3/25	Terça-feira 4/3/25	Quarta-feira 5/3/25	Quinta-feira 6/3/25	Sexta-feira 7/3/25
CAFÉ DA MANHÃ				Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate
ALMOÇO				Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado Abóbora refogada	Arroz/ Feijão Carioca Carne (acém) cozida Abobrinha cozida Maçã
CAFÉ DA TARDE				Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	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)	581,78	22	18	83


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 3/3/25	Terça-feira 4/3/25	Quarta-feira 5/3/25	Quinta-feira 6/3/25	Sexta-feira 7/3/25
CAFÉ DA MANHÃ				Chá Biscoito sem traços de leite	Suco de uva Biscoito sem traços de leite
ALMOÇO				Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado Abóbora refogada	Arroz/ Feijão Carioca Carne (acém) cozida Abobrinha cozida Maçã
CAFÉ DA TARDE				Chá Biscoito sem traços de leite	Suco de uva Biscoito sem traços de 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)	501	17	10	83


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895