

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

DATA	Segunda-feira 31/3/25	Terça-feira 1/4/25	Quarta-feira 2/4/25	Quinta-feira 3/4/25	Sexta-feira 4/4/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Cereal com leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito salgado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Batata refogada	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de escarola Banana	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada (patinho) Abobrinha refogada Melão	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Salada de repolho
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Cereal com leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	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)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	617,85	25	15	96


Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 31/3/25	Terça-feira 1/4/25	Quarta-feira 2/4/25	Quinta-feira 3/4/25	Sexta-feira 4/4/25
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de uva Biscoito de arroz	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Cereal com bebida de arroz	Chá Pão francês com creme vegetal	Suco de uva Biscoito sem traços de leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Batata refogada	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de escarola Banana	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada (patinho) Abobrinha refogada Melão	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Salada de repolho
CAFÉ DA TARDE	Suco de uva Biscoito de arroz	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Cereal com bebida de arroz	Chá Pão francês com creme vegetal	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)	647,42	22	16	103


Andressa B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895