

**CARDÁPIO EMEF NAHYR MENDES – 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
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Cereal com leite	Leite com chocolate Biscoito salgado
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecosta 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
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Cereal com leite	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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>617,85</b>	<b>25</b>	<b>15</b>	<b>96</b>

  
Andressa 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 31/3/25	Terça-feira 1/4/25	Quarta-feira 2/4/25	Quinta-feira 3/4/25	Sexta-feira 4/4/25
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Chá Biscoito sem traços de leite	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Chá Pão francês com creme vegetal	Cereal com bebida de arroz	Suco de uva Biscoito sem traços de leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecosta 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
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Chá Biscoito sem traços de leite	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Chá Pão francês com creme vegetal	Cereal com bebida de arroz	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)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>647,42</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>103</b>

  
Andressa B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895