

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

DATA	Segunda-feira 28/4/25	Terça-feira 29/4/25	Quarta-feira 30/4/25	Quinta-feira 1/5/25	Sexta-feira 2/5/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Batata cozida	Macarrão à bolonhesa (carne moída, extrato de tomate) Salada de cenoura cozida Banana	Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Salada de couve manteiga		
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Pão francês com manteiga		

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)	728	31	17	115

Andressa Z. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895

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

DATA	Segunda-feira 28/4/25	Terça-feira 29/4/25	Quarta-feira 30/4/25	Quinta-feira 1/5/25	Sexta-feira 2/5/25
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida vegetal Biscoito sem traços de leite	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Batata cozida	Macarrão à bolonhesa (carne moída, extrato de tomate) Salada de cenoura cozida Banana	Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Salada de couve manteiga		
CAFÉ DA TARDE	Bebida vegetal Biscoito sem traços de leite	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal		

*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)	711	33	14	100

Andressa Z. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895