

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

DATA	Segunda-feira 5/5/25	Terça-feira 6/5/25	Quarta-feira 7/5/25	Quinta-feira 8/5/25	Sexta-feira 9/5/25
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 salgado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca refogada Abóbora cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Acém) Abobrinha refogada Banana	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de Escarola Pera	Arroz/ Feijão Carioca Coxão Mole em iscas Berinjela refogada Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido (desfiado) 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 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)	641	22	17	100

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

DATA	Segunda-feira 5/5/25	Terça-feira 6/5/25	Quarta-feira 7/5/25	Quinta-feira 8/5/25	Sexta-feira 9/5/25
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	Chá Pão forma integral com creme vegetal	Bebida Vegetal Biscoito sem traços de leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca refogada Abóbora cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Acém) Abobrinha refogada Banana	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de Escarola Pera	Arroz/ Feijão Carioca Coxão Mole em iscas Berinjela refogada Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido (desfiado) Salada de Tomate
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	Chá Pão forma integral com creme vegetal	Bebida Vegetal 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)	623	20	15	102