

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

DATA	Segunda-feira 19/5/25	Terça-feira 20/5/25	Quarta-feira 21/5/25	Quinta-feira 22/5/25	Sexta-feira 23/5/25
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite batido com banana Biscoito Salgado	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate biscoito de maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Abóbora refogada	Arroz/Feijão Carioca Omelete c/ espinafre Caqui	Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Salada de couve Carambola	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (coxão mole) c/ mandioca Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Salada de vagem cozida
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite batido com banana Biscoito Salgado	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate biscoito de maisena

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>689,8</b>	<b>21</b>	<b>18</b>	<b>88</b>

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

DATA	Segunda-feira 19/5/25	Terça-feira 20/5/25	Quarta-feira 21/5/25	Quinta-feira 22/5/25	Sexta-feira 23/5/25
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	suco de uva Biscoito de arroz	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal biscoito sem traço de leite	Chá Pão francês com creme vegetal	Bebida Vegetal Biscoito de arroz
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Abóbora refogada	Arroz/Feijão Carioca Omelete c/ espinafre Caqui	Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Salada de couve Carambola	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (coxão mole) c/ mandioca Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Salada de vagem cozida
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	suco de uva Biscoito de arroz	Suco de uva Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal biscoito sem traço de leite	Chá Pão francês com creme vegetal	Bebida Vegetal Biscoito de arroz

\*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>597,9</b>	<b>23</b>	<b>13</b>	<b>89</b>