

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

DATA	Segunda-feira 16/6/25	Terça-feira 17/6/25	Quarta-feira 18/6/25	Quinta-feira 19/6/25	Sexta-feira 20/6/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor Leite	Leite integral Cereal de milho	Leite com chocolate Biscoito maisena	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado	Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com batata, tomate e pimentão Mexerica	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate		
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor Leite	Leite integral Cereal de milho	Leite com chocolate Biscoito maisena		

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)	524,1	19	14	81

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

DATA	Segunda-feira 16/6/25	Terça-feira 17/6/25	Quarta-feira 18/6/25	Quinta-feira 19/6/25	Sexta-feira 20/6/25
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de uva Biscoito sem traços de leite	Bebida vegetal Cereal de milho	Suco de uva Biscoito sem traços de leite	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado	Arroz/ Feijão Carioca Peixe cozido com batata, tomate e pimentão Mexerica	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate		
CAFÉ DA TARDE	Suco de uva Biscoito sem traços de leite	Bebida vegetal Cereal de milho	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)	544,2	19	12	87