

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

DATA	Segunda-feira 23/6/25	Terça-feira 24/6/25	Quarta-feira 25/6/25	Quinta-feira 26/6/25	Sexta-feira 27/6/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com geleia	Leite com chocolate Bolinho de laranja	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito de maisena
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Chuchu refogado	Arroz/Feijão Carioca Sobrecoxa cozida Salada de beterraba cozida Banana	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de tomate Maçã	Arroz integral/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela Abóbora refogada
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês com geleia	Leite com chocolate Bolinho de laranja	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito de 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)	689,8	21	18	88

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

DATA	Segunda-feira 23/6/25	Terça-feira 24/6/25	Quarta-feira 25/6/25	Quinta-feira 26/6/25	Sexta-feira 27/6/25
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de uva Biscoito sem traços de leite	Chá Pão francês com geleia	Suco de uva Bolinho de laranja	Chá Biscoito de arroz	Suco de uva Biscoito sem traços de leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Chuchu refogado	Arroz/Feijão Carioca Sobrecoxa cozida Salada de beterraba cozida Banana	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de tomate Maçã	Arroz integral/ Feijão Carioca Peito de frango cozido Cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela Abóbora refogada
CAFÉ DA TARDE	Suco de uva Biscoito sem traços de leite	Chá Pão francês com geleia	Suco de uva Bolinho de laranja	Chá Biscoito 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)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	597,9	23	13	89