

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

DATA	Segunda-feira 01/09/25	Terça-feira 02/09/25	Quarta-feira 03/09/25	Quinta-feira 04/09/25	Sexta-feira 05/09/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês integral com manteiga	Leite com cereal de milho	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite
ALMOÇO	Arroz/Feijão carioca Sobrecosta refogada Salada de cenoura cozida	Arroz/Feijão Carioca Ovo mexido com cebolinha Salada de tomate	Macarrão com molho de tomate Carne moída refogada Salada de abobrinha cozida Morango	Arroz/Feijão carioca Carne de panela (acém) Salada de couve-flor	Arroz/Feijão carioca Peito de frango refogado Salada de berinjela assada com cebola e pimentão Pera
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com chocolate Pão francês integral com manteiga	Leite com cereal de milho	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Leite com chocolate Biscoito amanteigado sabor leite

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)	571,3	21,4	16,7	84,6

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

DATA	Segunda-feira 01/09/25	Terça-feira 02/09/25	Quarta-feira 03/09/25	Quinta-feira 04/09/25	Sexta-feira 05/09/25
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de uva integral Biscoito de arroz	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal com cereal de milho sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite
ALMOÇO	Arroz/Feijão carioca Sobrecosta refogada Salada de cenoura cozida	Arroz/Feijão Carioca Ovo mexido com cebolinha Salada de tomate	Macarrão com molho de tomate Carne moída refogada Salada de abobrinha cozida Morango	Arroz/Feijão carioca Carne de panela (acém) Salada de couve-flor	Arroz/Feijão carioca Peito de frango refogado Salada de berinjela assada com cebola e pimentão Pera
CAFÉ DA TARDE	Suco de uva integral Biscoito de arroz	Bebida vegetal Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal com cereal de milho sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Biscoito maisena sem 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)	585,8	21,6	14,2	86,4