

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – FEVEREIRO 2026

<b>DATA</b>	<b>Segunda-feira 9/2/26</b>	<b>Terça-feira 10/2/26</b>	<b>Quarta-feira 11/2/26</b>	<b>Quinta-feira 12/2/26</b>	<b>Sexta-feira 13/2/26</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito maisena	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Abóbora refogada	Arroz/ Feijão Carioca Iscas de coxão mole refogadas Salada de alface	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de beterraba cozida	Arroz/ Feijão Carioca Lombo cozido com pimentão Salada de abobrinha cozida	Macarrão com molho de tomate Peito de frango cozido Salada de pepino
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito maisena	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
<b>Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeos (g)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>783,5</b>	<b>35,9</b>	<b>25,2</b>	<b>103</b>

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – FEVEREIRO 2026

<b>DATA</b>	<b>Segunda-feira 9/2/26</b>	<b>Terça-feira 10/2/26</b>	<b>Quarta-feira 11/2/26</b>	<b>Quinta-feira 12/2/26</b>	<b>Sexta-feira 13/2/26</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Bebida vegetal Pão francês com ovo mexido	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Abóbora refogada	Arroz/ Feijão Carioca Iscas de coxão mole refogadas Salada de alface	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de beterraba cozida	Arroz/ Feijão Carioca Lombo cozido com pimentão Salada de abobrinha cozida	Macarrão com molho de tomate Peito de frango cozido Salada de pepino
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Bebida vegetal Pão francês com ovo mexido	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Suco de uva integral Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito maisena sem leite

\*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
<b>Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeos (g)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>794,5</b>	<b>31,7</b>	<b>19,7</b>	<b>104,8</b>

Felipe Xavier Manfra  
Nutricionista Responsável  
Técnico CRN-3: 31328