

**CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – Maio 2026**

DATA	Segunda-feira 11/5/26	Terça-feira 12/5/26	Quarta-feira 13/5/26	Quinta-feira 14/5/26	Sexta-feira 15/5/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com mandioca	Arroz / Feijão Preto Lombo refogado Salada de couve	Macarrão com molho de tomate Peito de frango refogado Salada de vagem cozida Mamão	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de chuchu cozido	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Abóbora refogada Melancia
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito 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>830</b>	<b>41</b>	<b>25</b>	<b>108</b>

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

DATA	Segunda-feira 11/5/26	Terça-feira 12/5/26	Quarta-feira 13/5/26	Quinta-feira 14/5/26	Sexta-feira 15/5/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Chá Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Pão de forma com creme vegetal	Chá Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com mandioca	Arroz / Feijão Preto Lombo refogado Salada de couve	Macarrão com molho de tomate Peito de frango refogado Salada de vagem cozida Mamão	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de chuchu cozido	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Abóbora refogada Melancia
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Suco de uva integral Biscoito maisena sem leite	Chá Pão francês com creme vegetal	Suco de uva integral Pão de forma com creme vegetal	Chá 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)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
<b>FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)</b>	<b>864,93</b>	<b>37</b>	<b>29</b>	<b>113</b>

Felipe Xavier Manfra  
Nutricionista Responsável Técnico  
CRN-3: 31328