

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

DATA	Segunda-feira 24/8/26	Terça-feira 25/8/26	Quarta-feira 26/8/26	Quinta-feira 27/8/26	Sexta-feira 28/8/26
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com abacate Biscoito maisena
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Lombo cozido com batata	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de chuchu cozido Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca refogada Salada de brócolis cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de pepino Goiaba
CAFÉ DA TARDE	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor leite	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Leite com abacate 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)	823,93	41	26	107

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

DATA	Segunda-feira 24/8/26	Terça-feira 25/8/26	Quarta-feira 26/8/26	Quinta-feira 27/8/26	Sexta-feira 28/8/26
CAFÉ DA MANHÃ	Chá Biscoito sem leite	Suco integral Pão francês com ovo mexido	Bebida Vegetal Biscoito sem leite	Chá Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Lombo cozido com batata	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de chuchu cozido Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoca refogada Salada de brócolis cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de pepino Goiaba
CAFÉ DA TARDE	Chá Biscoito sem leite	Suco integral Pão francês com ovo mexido	Bebida Vegetal Biscoito sem leite	Chá Pão francês com creme vegetal	Bebida vegetal Biscoito 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)	936,98	38	21	127

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista Responsável
Técnico CRN-3: 31328