

CARDÁPIO EMEF INTEGRAL MANHÃ – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – Setembro 2026

DATA	Segunda-feira 28/9/26	Terça-feira 29/9/26	Quarta-feira 30/9/26	Quinta-feira 1/10/26	Sexta-feira 2/10/26
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Biscoito Maisena	PLANEJAMENTO	Leite com cacau Biscoito Salgado	TRILHAS PEDAGÓGICAS
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Acém cozido com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Acém cozido com batata doce		Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de cenoura cozida Banana	
CAFÉ DA TARDE	Leite Integral Cereal Maçã	Chá Pão francês com queijo Abacaxi		Suco Pão francês com carne moída com molho Goiaba	

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	654,1	32	18	92

CARDÁPIO EMEF INTEGRAL TARDE – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – Setembro 2026

DATA	Segunda-feira 28/9/26	Terça-feira 29/9/26	Quarta-feira 30/9/26	Quinta-feira 1/10/26	Sexta-feira 2/10/26
COLAÇÃO	Leite Integral Cereal Maçã	Chá Pão francês com queijo Abacaxi	PLANEJAMENTO	Suco Pão francês com carne moída com molho Goiaba	TRILHAS PEDAGÓGICAS
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Acém cozido com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Acém cozido com batata doce		Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de cenoura cozida Banana	
CAFÉ DA TARDE	Leite com cacau Biscoito amanteigado sabor chocolate	Leite com cacau Biscoito Maisena		Leite com cacau Biscoito Salgado	

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)
FUNDAMENTAL (DE 6 A 10 ANOS)	654,1	32	18	92

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista Responsável
Técnico CRN-3: 31328

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

Setembro 2026

DATA	Segunda-feira 28/9/26	Terça-feira 29/9/26	Quarta-feira 30/9/26	Quinta-feira 1/10/26	Sexta-feira 2/10/26
CAFÉ DA MANHÃ	Bebida Vegetal com cacau	Bebida Vegetal com cacau	PLANEJAMENTO	Bebida Vegetal com cacau	TRILHAS PEDAGÓGICAS
	Biscoito maisena sem leite	Biscoito maisena sem leite		Biscoito maisena sem leite	
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Acém cozido com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Acém cozido com batata doce		Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de cenoura cozida Banana	
CAFÉ DA TARDE	Bebida Vegetal Cereal Maçã	Chá Pão francês com creme vegetal Abacaxi		Suco Pão francês com carne moída com molho Goiaba	

*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)	757,16	30	14	109

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista Responsável
Técnico CRN-3: 31328

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

Setembro 2026

DATA	Segunda-feira 28/9/26	Terça-feira 29/9/26	Quarta-feira 30/9/26	Quinta-feira 1/10/26	Sexta-feira 2/10/26
COLAÇÃO	Bebida Vegetal Cereal Maçã	Chá Pão francês com creme vegetal Abacaxi	PLANEJAMENTO	Suco Pão francês com carne moída com molho Goiaba	TRILHAS PEDAGÓGICAS
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca Acém cozido com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Acém cozido com batata doce		Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de cenoura cozida Banana	
CAFÉ DA TARDE	Bebida Vegetal com cacau Biscoito maisena sem leite	Bebida Vegetal com cacau Biscoito maisena sem leite		Bebida Vegetal com cacau 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)	757,16	30	14	109

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista Responsável
Técnico CRN-3: 31328

Documento assinado digitalmente



FELIPE XAVIER MANFRA
Data: 25/09/2026 15:39:29-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>