

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – OUTUBRO 2023

DATA	Segunda-feira 9/10/23	Terça-feira 10/10/23	Quarta-feira 11/10/23	Quinta-feira 12/10/23	Sexta-feira 13/10/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito		
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de Acém cozido com batata	Carne louca (coxão mole) com pão francês Suco de uva	Arroz/ Feijão Carioca Strogonoff de frango Salada de pepino Banana		
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Leite com chocolate Bolinho	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito		

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>493,81</b>	<b>17,65</b>	<b>14,65</b>	<b>64,52</b>

*Andressa B. G. Santos*  
Nutricionista  
CRN 367895

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – OUTUBRO 2023

DATA	Segunda-feira 9/10/23	Terça-feira 10/10/23	Quarta-feira 11/10/23	Quinta-feira 12/10/23	Sexta-feira 13/10/23
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Suco de uva Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito sem leite		
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de Acém cozido com batata	Carne louca (coxão mole) com pão francês Suco de uva	Arroz/ Feijão preto Frango refogado Salada de pepino Banana		
<b>CAFÉ DA TARDE</b>	Suco de uva Bolinho	Chá Biscoito sem leite	Suco de uva Biscoito 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>493,44</b>	<b>15,51</b>	<b>12,63</b>	<b>63,15</b>

*Andressa B. G. Santos*  
Nutricionista  
CRN 367895