

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

| DATA | Segunda-feira 10/7/23 | Terça-feira 11/7/23 | Quarta-feira 12/7/23 | Quinta-feira 13/7/23 | Sexta-feira 14/7/23 |
|----------------------|---|---|---|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | Leite com chocolate Biscoito Maisena | Leite com chocolate Biscoito Salgado | Leite com chocolate Biscoito Maisena | Leite com chocolate Biscoito de maisena | Leite com chocolate Biscoito Amanteigado |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela Purê misto (batata e cenoura) | Arroz/ Feijão Carioca Frango refogado com mandioquinha Laranja | Arroz/ Feijão Carioca Picadinho de carne com batata e cenoura Banana | Arroz/ Feijão Carioca Lombo suíno refogado com cebola Legumes refogados | Arroz / Feijão Carioca Carne refogada com batata |
| CAFÉ DA TARDE | Leite com chocolate Biscoito Maisena | Leite com chocolate Biscoito Salgado | Leite com chocolate Biscoito Maisena | Leite com chocolate Biscoito de maisena | Leite com chocolate Biscoito Amanteigado |

| 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) | 497,09 | 18,19 | 13,86 | 76,39 |



Karolyne S. Pimentel
Nutricionista
CRN 60546

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

| DATA | Segunda-feira 10/7/23 | Terça-feira 11/7/23 | Quarta-feira 12/7/23 | Quinta-feira 13/7/23 | Sexta-feira 14/7/23 |
|----------------------|---|---|---|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | Bebida de arroz Biscoito sem Leite | Bebida de arroz Biscoito sem leite | Bebida de arroz Biscoito sem Leite | Bebida de arroz Pão francês com ovo | Bebida De Arroz Biscoito sem leite |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela Purê misto (batata e cenoura) | Arroz/ Feijão Carioca Frango refogado com mandioquinha Laranja | Arroz/ Feijão Carioca Picadinho de carne com batata e cenoura Banana | Arroz/ Feijão Carioca Lombo suíno refogado com cebola Legumes refogados | Arroz / Feijão Carioca Carne refogada com batata |
| CAFÉ DA TARDE | Bebida de arroz Biscoito sem Leite | Bebida de arroz Biscoito sem leite | Bebida de arroz Biscoito sem Leite | Bebida de arroz Pão francês com ovo | Bebida De Arroz 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) | 493,78 | 18,3 | 9,88 | 83,06 |



Karolyne S. Pimentel
Nutricionista
CRN 60546