

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – MARÇO 2024

DATA	Segunda-feira 18/3/24	Terça-feira 19/3/24	Quarta-feira 20/3/24	Quinta-feira 21/3/24	Sexta-feira 22/3/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate
	Biscoito Maisena	Pão francês com manteiga	Biscoito Salgado	Pão francês com manteiga	Biscoito amanteigado
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca
	Carne de panela (músculo) com inhame	Peito de frango cozido	Carne moída refogada (patinho)	Sobrecoxa refogada	Carne de panela (Acém) com mandioquinha e pimentões
		Salada verde	Couve flor refogada Melancia	Salada de couve manteiga	Goiaba
CAFÉ DA TARDE	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate	Leite com chocolate
	Biscoito Maisena	Pão francês com manteiga	Biscoito Salgado	Pão francês com manteiga	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)	493,15	16	17	71

  
Andréia B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895

### CARDÁPIO EMEF – ENSINO FUNDAMENTAL (6 A 10 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – MARÇO 2024

DATA	Segunda-feira 18/3/24	Terça-feira 19/3/24	Quarta-feira 20/3/24	Quinta-feira 21/3/24	Sexta-feira 22/3/24
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de uva	Suco de uva	Suco de uva	Suco de uva	Suco de uva
	Biscoito sem leite	Pão francês com creme vegetal	Biscoito sem leite	Pão francês com creme vegetal	Biscoito sem leite
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca
	Carne de panela (músculo) com inhame	Peito de frango cozido	Carne moída refogada (patinho)	Sobrecoxa refogada	Carne de panela (Acém) com mandioquinha e pimentões
		Salada verde	Couve flor refogada Melancia	Salada de couve manteiga	Goiaba
CAFÉ DA TARDE	Suco de uva	Suco de uva	Suco de uva	Suco de uva	Suco de uva
	Biscoito sem leite	Pão francês com creme vegetal	Biscoito sem leite	Pão francês com creme 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)	491,55	14	16	75

  
Andréia B. G. Santos  
Nutricionista  
CRN 367895