

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

| DATA | Segunda-feira 20/5/24 | Terça-feira 21/5/24 | Quarta-feira 22/5/24 | Quinta-feira 23/5/24 | Sexta-feira 24/5/24 |
|----------------------|--|--|--|---|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | Leite com chocolate Pão francês com manteiga | Leite com chocolate Biscoito de maisena | Leite com chocolate Pão francês com manteiga | Leite com chocolate Biscoito salgado | Leite com chocolate Biscoito amanteigado |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) com vagem | Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Berinjela refogada Caqui | Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne Salada de almeirão | Arroz /Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de pepino Mexerica | Arroz /Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de repolho roxo |
| CAFÉ DA TARDE | Leite com chocolate Pão francês com manteiga | Leite com chocolate Biscoito de maisena | Leite com chocolate Pão francês com manteiga | Leite com chocolate Biscoito salgado | 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) | 494,32 | 17 | 15 | 73 |


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRM 367895

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

| DATA | Segunda-feira 20/5/24 | Terça-feira 21/5/24 | Quarta-feira 22/5/24 | Quinta-feira 23/5/24 | Sexta-feira 24/5/24 |
|----------------------|--|--|--|---|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | Chá Pão francês com ovo | Chá Biscoito sem leite | Chá Pão francês com ovo | Chá Biscoito sem leite | Chá Biscoito sem leite |
| ALMOÇO | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) com vagem | Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Berinjela refogada Caqui | Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne Salada de almeirão | Arroz /Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de pepino Mexerica | Arroz /Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de repolho roxo |
| CAFÉ DA TARDE | Chá Pão francês com ovo | Chá Biscoito sem leite | Chá Pão francês com ovo | Chá Biscoito sem leite | Chá 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) | 493,55 | 13 | 14 | 80 |


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRM 367895