

CARDÁPIO EMEI - MAIO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
1ª semana			01/mai	02/mai	03/mai
ENTRADA				Leite com flocos de milho sem açúcar	Chá mate Mini pão francês com margarina
REFEIÇÃO			FERIADO	Macarrão ao molho com atum	Arroz/Feijão Frango refogado com legumes

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
2ª semana	06/mai	07/mai	08/mai	09/mai	10/mai
ENTRADA	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Leite com flocos de milho sem açúcar	Fruta com aveia	Chá de camomila Mini pão francês com geleia	Composto lácteo Mini pão francês com margarina
REFEIÇÃO	Arroz /Feijão Carne bovina com legumes Salada de legumes	Arroz /Feijão Carne bovina com legumes Fruta	Arroz/ Feijão Almôndegas ao molho Salada de verdura	Feijão Risoto de frango (sassami) com legumes Fruta	Arroz/ Feijão Carne iscas acebolada Salada de legumes

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

CARDÁPIO EMEI - MAIO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
3ª semana	13/mai	14/mai	15/mai	16/mai	17/mai
ENTRADA	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Composto lácteo Bolinho	Chá mate Mini pão francês com margarina	Leite com café Mini pão francês com queijo	logurte com flocos de milho sem açúcar
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão preto Virado de carne suína com legumes Salada de verdura	Arroz/ Feijão Estrogonofe de frango Legume refogado Fruta	Arroz/ Feijão Carne bovina com legume	Arroz/ Feijão Linguiça acebolada Salada de verdura Fruta	Arroz/ Feijão Ovo mexido com legumes Salada de legumes

CARDÁPIO EMEI - MAIO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
4ª semana	20/mai	21/mai	22/mai	23/mai	24/mai
ENTRADA	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Composto lácteo Bisnaguinha com geleia	Mamão com aveia	Chá mate Mini pão francês com requeijão	Leite com flocos de milho sem açúcar
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Carne iscas acebolada Salada de legumes	Macarrão ao molho de frios e legumes Fruta	Arroz/Feijão preto Virado de carne suína com verdura	Arroz /Feijão Peixe com legumes Fruta	Arroz/Feijão Frango refogado com legumes Salada de verdura

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

CARDÁPIO EMEI - MAIO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
5ª semana	27/mai	28/mai	29/mai	30/mai	31/mai
ENTRADA	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Leite com café Biscoito polvilho	Chá de cidreira Bolinho		
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Ovo mexido com orégano Salada de verdura	Feijão Risoto de linguiça com legumes Fruta	Arroz/Feijão Estrogonofe de frango Legume refogado		

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

1ª SEMANA

Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos	Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
	Kcal	g	g	g		Kcal	g	g	g
SEGUNDA					SEGUNDA	436,2	14,2	15,2	59,3
TERÇA					TERÇA	412,7	15,8	11,9	60,7
QUARTA					QUARTA	341,5	20,3	12,7	56,2
QUINTA	471,3	14,5	14,7	61,4	QUINTA	328,9	11,4	10,3	66,2
SEXTA	402,0	19,8	11,3	65,2	SEXTA	354,7	12,2	11,4	67,1
MÉDIA	436,7	17,2	13,0	63,3	MÉDIA	374,8	14,8	12,3	61,9

2ª SEMANA

3ª SEMANA

Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos	Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
	Kcal	g	g	g		Kcal	g	g	g
SEGUNDA	412,8	12,7	14,2	68,7	SEGUNDA	481,4	15,2	13,3	55,6
TERÇA	369,4	15,4	17,3	65,2	TERÇA	425,8	17,3	15,8	60,3
QUARTA	560,5	30,0	11,0	85,0	QUARTA	356,8	15,0	12,6	58,9
QUINTA	441,5	22,0	10,0	67,0	QUINTA	321,4	10,4	15,3	59,6
SEXTA	345,2	27,2	14,2	55,7	SEXTA	314,2	14,2	10,9	54,3
MÉDIA	425,9	21,5	13,3	68,3	MÉDIA	379,9	14,4	13,6	57,7

4ª SEMANA

5ª SEMANA

Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
	Kcal	g	g	g
SEGUNDA	487,5	23,4	14,2	69,8
TERÇA	508,8	24,1	13,1	76,4
QUARTA	531,8	30,8	16,7	67,2
QUINTA				
SEXTA				
MÉDIA	509,4	26,1	14,7	71,1