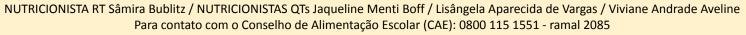


CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Junho 2025

	16º semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
·	TO= Sellialia	02/06	03/06	04/06	05/06	06/06	
TURNO MANHÂ Kcal: Ptn: Lip: Cho: Ca: Fe: Vit. A: Vit. C:	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana	Pão caseiro com margarina Leite quente com cacau <mark>Bergamota</mark>	Bolo de <mark>laranja</mark> Vitamina de <mark>banana</mark>	Pão caseiro com geleia de banana ou mel Leite quente com cacau <mark>Manga</mark>	Pão caseiro com omelete Café com leite <mark>Bergamota</mark>	
		Arroz parboilizado Feijão preto Batata inglesa cozida Ovo picado Tomate e cebola Suco de laranja	Polenta recheada com frango Feijão preto Carne moída (frango) Chuchu	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto <mark>Beterraba</mark>	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Repolho verde	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída (frango) <mark>Chuchu</mark>	
	LANCHE 13h30	Banana	Caqui	Banana	Manga	<u>Caqui</u>	
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata inglesa cozida Ovo picado Tomate e cebola Suco de laranja Banana	Pão caseiro com margarina leite quente com cacau <mark>Bergamota</mark>	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto <mark>Beterraba</mark> Banana	Bolo de <mark>laranja</mark> Leite quente com cacau <mark>Manga</mark>	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída (frango) <mark>Chuchu</mark>	
(::		S			\(\text{::/}	(1)	

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.



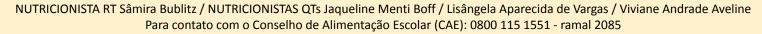


CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Junho 2025

17º semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
		09/06	10/06	11/06	12/06	13/06	
	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana	Pão caseiro com omelete Leite quente com cacau <mark>Maçã</mark>	Bolo mesclado com mel e cacau Leite quente com cacau Bergamota	Mingau de aveia com <mark>Banana</mark>	Pão caseiro com omelete Café com leite <mark>Bergamota</mark>	
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip:	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto <mark>Purê de aipim</mark> Omelete Couve-folha Suco de laranja	Massa parafuso com carne moída (bovina) Feijão preto Brócolis e couve-flor	Carreteiro (cubos bovino) Feijão preto <mark>Alface</mark>	Arroz parboilizado Feijão carioca Carne moída (frango) <mark>Couve-folha</mark>	Polenta Feijão preto Carne moída (frango) <mark>Brócolis</mark>	
Cho: Ca: Fe: Vit. A:	LANCHE 13h30	Banana	Maçã	<mark>Bergamota</mark>	Banana	Bergamota	
Vit. C:	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de aipim Omelete Couve-folha Suco de laranja Banana	Pão caseiro com omelete Leite quente com cacau <mark>Maçã</mark>	Carreteiro (cubos bovino) Feijão preto <mark>Alface</mark> Bergamota	Bolo mesclado com mel e cacau chocolate quente Banana	Sopa de legumes (cenoura, brócolis, couve, batata, chuchu, massa, cubos bovinos) Bergamota	
)	1	V					

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.





CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Junho 2025

190	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	S
18º semana	16/06	17/06	18/06	19/06	2
CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha integral salgada Leite quente com cacau <mark>Banana</mark> Arroz parboilizado	Pão caseiro com omelete Leite quente com cacau <mark>Maçã</mark>	Bolo mesclado com mel e cacau Leite quente com cacau Bergamota		
TURNO MANHÃ cal: n: p: no:	Feijão preto Batata doce cozida Ovo picado Repolho verde Suco de maracujá	Arroz parboilizado Lentilha Carne moída (frango) <mark>Chuchu</mark>	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Tomate e repolho	_	
LANCHE 13h30	<mark>Banana</mark>	Maçã	<mark>Bergamota</mark>		
CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce cozida Ovo picado Repolho verde Suco de maracujá Banana	Arroz parboilizado Lentilha Carne moída (frango) <mark>Chuchu</mark> <mark>Maçã</mark>	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Tomate e repolho Bergamota		

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.



CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Junho 2025

			• •				
100 aa		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
19º se	emana	23/06	24/06	25/06	26/06	27/06	
	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha integral salgada Leite com cacau <mark>Banana</mark>	Pão caseiro com margarina Leite quente com cacau Bergamota	Bolo de <mark>laranja</mark> Leite quente com cacau <mark>Manga</mark>	Pão caseiro com omelete Café com leite <mark>Maçã</mark>	Pão caseiro com omelete Café com leite <mark>Bergamota</mark>	
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho:	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto <mark>Batata inglesa</mark> Ovo picado Chuchu Suco de laranja	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída (frango) <mark>Beterraba</mark> Sobremesa: sagu de suco de uva	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto <mark>Alface</mark>	Massa espaguete com carne moída (bovina) <mark>Repolho verde</mark>	Polenta Feijão preto Carne moída (frango) <mark>Alface</mark>	
Ca: Fe: Vit. A:	LANCHE 13h30	Banana	<mark>Bergamota</mark>	<mark>Manga</mark>	<mark>Maçã</mark>	Bergamota Bergamota	
Vit. C:	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto <mark>Batata inglesa</mark> Ovo picado Chuchu Suco de laranja Banana	Pão caseiro com margarina Leite com cacau <mark>Bergamota</mark>	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Alface Manga	<mark>Pinhão</mark> cozido Pipoca Quentão de suco <mark>Maçã</mark>	Polenta Feijão preto Carne moída (frango) <mark>Alface</mark> Bergamota	
	4	2					

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

