

CARDÁPIO EMEJA – ENSINO FUNDAMENTAL (19 A 60 ANOS) – OUTUBRO/2021

DATA	Segunda-Feira 18/10	Terça-Feira 19/10	Quarta-Feira 20/10	Quinta-Feira 21/10	Sexta-Feira 22/10
Jantar PARCIAL	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salada de repolho ✓ Atum com tomate, cebola e salsa ✓ Arroz/Feijão carioca ✓ Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Salada de brócolis ✓ Lombo refogado com cebola, batata e páprica ✓ Arroz/Feijão Carioca ✓ Banana 	ATIVIDADE REMOTA	TRILHAS PEDAGÓGICAS	TRILHAS PEDAGÓGICAS

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA – SEMANA DE 18/10/2021 À 22/10/2021

Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
EMEJA PARCIAL (DE 19 A 30 ANOS)	574,7	21,1	15,7	91,6
EMEJA PARCIAL (DE 31 A 60 ANOS)	498,9	19,3	14,6	76,8

****Cardápio sujeito a alterações****



Setor de Alimentação
Escolar

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3: 31328