



Secretaria de Educação

Rua Bolívia, 470 - Jardim Santo Antônio - Caieiras - SP
CEP: 07700-210 - Tel. 4442-7111

CARDÁPIO EMEF – ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – SETEMBRO 2024

DATA	Segunda-feira 9/9/24	Terça-feira 10/9/24	Quarta-feira 11/9/24	Quinta-feira 12/9/24	Sexta-feira 13/9/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Coxão mole) Batata doce cozida	Arroz/ Feijão Carioca Ovo cozido Abobrinha refogada Banana	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve	Macarrão com molho de tomate e carne moída Morango	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de frango Beterraba cozida

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA

Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)
ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	493,75	24	11	74