



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/OUTUBRO 2024

DATA	Segunda-feira 30/9/24	Terça-feira 1/10/24	Quarta-feira 2/10/24	Quinta-feira 3/10/24	Sexta-feira 4/10/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de repolho	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Abobrinha/berinjela refogada	Arroz integral/ Feijão Carioca Carne moída Salada de Couve manteiga Banana	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de Coxão mole Salada de tomate Laranja	

*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	521,35	23	12	81