



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) – OUTUBRO 2024

DATA	Segunda-feira 7/10/24	Terça-feira 8/10/24	Quarta-feira 9/10/24	Quinta-feira 10/10/24	Sexta-feira 11/10/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa Batata refogada	Macarrão com molho Peito de frango Salada de alface	Arroz integral/Feijão carioca Ovo mexido Abobrinha refogada Banana	Pão francês com carne louca Suco integral de uva Maçã	

*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