



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 14/10/24	Terça-feira 15/10/24	Quarta-feira 16/10/24	Quinta-feira 17/10/24	Sexta-feira 18/10/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída (patinho) com cenoura		Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de cenoura ralada/vagem Melão	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) com batata	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve 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	519,81	25	11	80