



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 28/10/24	Terça-feira 29/10/24	Quarta-feira 30/10/24	Quinta-feira 31/10/24	Sexta-feira 1/11/24
JANTAR		Arroz/ Feijão Carioca Peito de Frango desfiado Cenoura cozida Melão	Arroz/ Feijão Carioca Ovo cozido Salada de rabanete	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de couve Pêssego	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) Brócolis cozido

*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	721,15	32	11	122