



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) – NOVEMBRO 2024

DATA	Segunda-feira 11/11/24	Terça-feira 12/11/2024	Quarta-feira 13/11/24	Quinta-feira 14/11/24	Sexta-feira 15/11/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne(coxão mole) com cenoura e vagem Melancia	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Brócolis refogado	Arroz integral/Feijão carioca Carne de panela (acém) com mandioca Pêssego	

*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	664,74	30	13	106