



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 18/11/24	Terça-feira 19/11/24	Quarta-feira 20/11/24	Quinta-feira 21/11/24	Sexta-feira 22/11/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango cozido com cenoura	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de carne (coxão mole) Salada de almeirão Banana		Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate	Arroz/ Feijão Carioca Filé de tilápia com pimentão e batata 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	664,74	30	13	106