



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 2/12/24	Terça-feira 3/12/24	Quarta-feira 4/12/24	Quinta-feira 5/12/24	Sexta-feira 6/12/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado com abobora	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Beterraba cozida Banana	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída (patinho) Salada de alface Melão	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Abobrinha refogada Melancia	Arroz/ Feijão Carioca Carne de Panela (acém) com cenoura

*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	701,94	30	12	120


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895