

CARDÁPIO EMEF – ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – FEVEREIRO 2025

DATA	Segunda-feira 3/2/25	Terça-feira 4/2/25	Quarta-feira 5/2/25	Quinta-feira 6/2/25	Sexta-feira 7/2/25
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) com batata	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de alface	Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Farofa de farinha de mandioca com cenoura e vagem Maçã	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de frango refogadas Abóbora cozida Ameixa	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Chuchu refogado

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípideos (g)	Carboidrato (g)
ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	700,84	31	12	119