

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

DATA	Segunda-feira 17/2/25	Terça-feira 18/2/25	Quarta-feira 19/2/25	Quinta-feira 20/2/25	Sexta-feira 21/2/25
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca
	Carne refogada (acém)	Ovo mexido	Lombo cozido	Carne de panela (músculo)	Peito de frango cozido
	Batata doce cozida	Salada de pepino	Salada de couve Goiaba	Abobrinha e berinjela refogada Abacaxi	Salada de tomate

*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	635,64	29	11	104