



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) – FEVEREIRO 2025

DATA	Segunda-feira 10/3/25	Terça-feira 11/3/25	Quarta-feira 12/3/25	Quinta-feira 13/3/25	Sexta-feira 14/3/25
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca
	Sobrecoxa refogada	Carne moída (patinho)	Lombo refogado	Carne de panela (músculo)	Peito de frango cozido
	Salada de rabanete	Salada de acelga	Farofa de mandioca com cenoura e vagem	Batata cozida	Beterraba cozida
		Banana		Maçã	

*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	712,16	32	12	121

Andressa B. G. Santos
 Nutricionista
 CRN 367895