

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

DATA	Segunda-feira 21/4/25	Terça-feira 22/4/25	Quarta-feira 23/4/25	Quinta-feira 24/4/25	Sexta-feira 25/4/25
JANTAR	FERIADO	Arroz integral/ Feijão Carioca Carne de panela (músculo) Cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Abóbora refogada Banana	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de acelga	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de coxão mole refogado chuchu cozido 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	610	36	14	85