



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 2026

DATA	Segunda-feira 2/3/26	Terça-feira 3/3/26	Quarta-feira 4/3/26	Quinta-feira 5/3/26	Sexta-feira 6/3/26
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Preto	Macarrão com molho de tomate	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca
	Peito de frango refogado	Lombo refogado	Carne moída refogada	Sobrecoxa refogada	Acém cozido com batata doce
	Abóbora refogada	Salada de couve	Salada de abobrinha Abacaxi	Salada de cenoura cozida	melancia

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)
ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	668,23	41	21	78

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista
Responsável Técnico
CRN-3: 31328