



Secretaria de Educação
Rua Bolívia, 470 - Jardim Santo Antônio - Caiçaras - SP
CEP: 07700-210 - Tel. 4442-7111

CARDÁPIO EMEF – ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – JUNHO 2026

DATA	Segunda-feira 22/6/26	Terça-feira 23/6/26	Quarta-feira 24/6/26	Quinta-feira 25/6/26	Sexta-feira 26/6/26
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de escarola	Arroz / Feijão Carioca Carne moída refogada com vagem Salada de cenoura cozida Morango	Arroz/ Feijão Carioca Acém cozido Salada de chuchu cozido Mexerica	Macarrão com molho de tomate Peito de frango refogado Salada de Pepino

*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	607,0	34	16	80

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista
Responsável Técnico CRN-
3: 31328