



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) – Junho 2026

DATA	Segunda-feira 6/7/26	Terça-feira 7/7/26	Quarta-feira 8/7/26	Quinta-feira 9/7/26	Sexta-feira 10/7/26
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com batata cozida	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Legumes refogados Banana	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de legumes cozido	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

*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	753,6	46	22	91

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista
Responsável Técnico CRN-
3: 31328