



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) – Agosto 2026

DATA	Segunda-feira 24/8/26	Terça-feira 25/8/26	Quarta-feira 26/8/26	Quinta-feira 27/8/26	Sexta-feira 28/8/26
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Lombo cozido com batata	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de chuchu cozido Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de brócolis cozida	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de pepino Goiaba

*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	684,6	48	19	78

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista
Responsável Técnico CRN-
3: 31328