

CARDÁPIO EMEF – ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – FEVEREIRO 2024

DATA	Segunda-feira 26/02/24	Terça-feira 27/02/24	Quarta-feira 28/02/24	Quinta-feira 29/02/24	Sexta-feira 01/03/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela com cenoura (Acém)	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Beterraba cozida Melão	Arroz /Feijão Carioca Peixe cozido com batata	Arroz /Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Quiabo Refogado	Arroz /Feijão Carioca Carne de panela (Coxão mole) Salada de pepino Banana

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	477,19	18	9	81


 Andressa B. G. Santos
 Nutricionista
 CRN 367895