

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

DATA	Segunda-feira 15/04/24	Terça-feira 16/04/24	Quarta-feira 17/04/24	Quinta-feira 18/04/24	Sexta-feira 19/04/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz/ Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca	Arroz /Feijão Carioca
	Carne de panela (coxão mole) com mandioquinha	Lombo refogado Salada de rabanete Mamão formosa	Arroz /Feijão Carioca Acém refogado Salada de almeirão	Arroz /Feijão Carioca Peito de frango refogado com abobrinha Abacaxi	Carne de panela (coxão mole) Batata doce cozida

*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	475,01	18	9	80


Andréia B. G. Santos
Nutricionista
CRN 367895