

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

| DATA | Segunda-feira 24/06/24 | Terça-feira 25/06/24 | Quarta-feira 26/06/24 | Quinta-feira 27/06/24 | Sexta-feira 28/06/24 |
|---------------|---|--|---|--|---|
| JANTAR | Arroz/ Feijão Carioca Frango cozido (Peito de Frango) Chuchu Cozido | Arroz/ Feijão Carioca Carne de Panela (Acém/Coxão Mole) Couve flor refogada Laranja | Arroz/ Feijão Carioca Frango cozido (Peito de Frango/Sobrecoxa) Salada de Alface Lisa | Arroz/ Feijão Carioca Lombo Suíno Salada de Tomate Banana | Arroz/ Feijão Carioca Picadinho de Carne (Músculo) 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 | 485,5 | 18 | 8 | 80 |


 Andressa B. G. Santos
 Nutricionista
 CRN 367895