

CARDÁPIO EMEF – ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – FEVEREIRO 2025

DATA	Segunda-feira 24/2/25	Terça-feira 25/2/25	Quarta-feira 26/2/25	Quinta-feira 27/2/25	Sexta-feira 28/2/25
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída com batata	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de cenoura cozida em cubos Banana	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Espinafre refogado Mamão	Arroz/ Feijão Carioca Isclas de coxão mole refogado Berinjela refogada	Arroz/ Feijão Carioca Frango com quiabo (refogado) Goiaba

*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	696,86	29	12	121