

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

| DATA | Segunda-feira 3/3/25 | Terça-feira 4/3/25 | Quarta-feira 5/3/25 | Quinta-feira 6/3/25 | Sexta-feira 7/3/25 |
|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--|--|
| JANTAR | | | | Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado Abóbora refogada | Arroz/ Feijão Carioca Carne (acém) cozida Abobrinha cozida Maçã |

*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 | 814,77 | 33 | 10 | 150 |