

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

| DATA | Segunda-feira 7/4/25 | Terça-feira 8/4/25 | Quarta-feira 9/4/25 | Quinta-feira 10/4/25 | Sexta-feira 11/4/25 |
|---------------|---|---|---|---|---|
| JANTAR | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (acém) Batata doce cozida | Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de alface Banana | Arroz/ Feijão Preto Lombo refogado Farofa com cenoura e vagem | Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela com batata (músculo) Maçã | Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado (desfiado) chuchu cozido |

*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 | 556 | 20 | 14 | 87,5 |