



Secretaria de Educação
Rua Bolívia, 470 - Jardim Santo Antônio - Caieiras - SP
CEP: 07700-210 - Tel. 4442-7111

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

DATA	Segunda-feira 18/8/25	Terça-feira 19/8/25	Quarta-feira 20/8/25	Quinta-feira 21/8/25	Sexta-feira 22/8/25
JANTAR	Arroz/Feijão carioca Acém cozido com batata	Arroz/Feijão carioca Isclas de coxão mole refogadas com cenoura Morango	Arroz/Feijão carioca Ovo mexido com salsa Salada de alface Banana	Arroz integral/Feijão carioca Peito de frango refogado Salada de tomate	Arroz/Feijão carioca Músculo cozido Salada de abobrinha cozida

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípideos (g)	Carboidrato (g)
ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	494	21	12	76

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista
CRN-3: 31328