



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) – Abril 2026

DATA	Segunda-feira 6/4/26	Terça-feira 7/4/26	Quarta-feira 8/4/26	Quinta-feira 9/4/26	Sexta-feira 10/4/26
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de repolho roxo	Arroz / Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de escarola	Arroz / Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) Salada de chuchu cozido Caqui	Arroz/ Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de pepino	Arroz/ Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate 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	653,3	44	20	74

Felipe Xavier Manfra
 Nutricionista
 Responsável Técnico CRN-
 3: 31328