



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) – Maio 2026

DATA	Segunda-feira 25/5/26	Terça-feira 26/5/26	Quarta-feira 27/5/26	Quinta-feira 28/5/26	Sexta-feira 29/5/26
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com batata doce	Arroz / Feijão Carioca Peito de frango refogado Salada de cenoura cozida	Macarrão com molho de tomate Carne moída refogada Salada de abobrinha cozida Mexerica	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado Salada de chuchu cozido	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de repolho roxo Melão

*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	661,2	46	20	73

Felipe Xavier Manfra
Nutricionista
Responsável Técnico CRN-
3: 31328