



**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) – JUNHO 2026**

<b>DATA</b>	<b>Segunda-feira 15/6/26</b>	<b>Terça-feira 16/6/26</b>	<b>Quarta-feira 17/6/26</b>	<b>Quinta-feira 18/6/26</b>	<b>Sexta-feira 19/6/26</b>
<b>JANTAR</b>	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de cenoura cozida	Arroz / Feijão Carioca Carne de panela (acém) Salada de alface	Arroz / Feijão Carioca Ovo mexido Salada de tomate Banana	Arroz/ Feijão Carioca Lombo refogado com pimentão Salada de batata cozida com salsa Mexerica	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Salada de repolho roxo

\*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
<b>Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lípidos (g)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>
<b>ENSINO DE JOVENS E ADULTOS</b>	<b>672,9</b>	<b>44</b>	<b>20</b>	<b>78</b>

Felipe Xavier Manfra  
 Nutricionista  
 Responsável Técnico CRN-  
 3: 31328