



CARDÁPIO EJA - CARDÁPIO JUNHO/2025



	SEGUNDA 1/6/2026	TERÇA 2/6/2026	QUARTA 3/6/2026	QUINTA 4/6/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Jantar 20h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alface + banana	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + melancia	FERIADO		KCAL 535 Kcal CHO 90 g PTN 28 g LIP 14 g
	SEGUNDA 8/6/2026	TERÇA 9/6/2026	QUARTA 10/6/2026	QUINTA 11/6/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 522 Kcal CHO 80 g PTN 32 g LIP 16 g
	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata) + salada de repolho + caqui	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de pepino com tomate + panqueca	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	Arroz integral, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de alface + maçã	Suco integral de uva + Cachorro quente + Pãozinho + Pipoca + Bolo de milho	
Jantar 20h	SEGUNDA 15/6/2026	TERÇA 16/6/2026	QUARTA 17/6/2026	QUINTA 18/6/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 487 Kcal CHO 53 g PTN 30 g LIP 21 g
Jantar 20h	SEGUNDA 22/6/2026	TERÇA 23/6/2026	QUARTA 24/6/2026	QUINTA 25/6/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 565 Kcal CHO 96 g PTN 33 g LIP 18 g
Jantar 20h	SEGUNDA 29/6/2026	TERÇA 30/6/2026				
Jantar 20h	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada + salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batatas + caqui	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e abobrinha) + maçã	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja		

Patricia dos Santos Alves Garcia

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Ligia Maria Toledo Faria Vicente

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Camille Casperrino de Carvalho

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Luiziana Cristina Costa Stedile
CRN 8 6093
Coordenadora Operacional

Leite de Condensado
PoderChef
CRN 15644