|  |
| --- |
| EJA – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **LANCHE**  **21:00 H** | RISOTO DE CARNE MOÍDA;  FEIJÃO;  SALADA DE ALFACE;  SOBREMESA: MAÇÃ | ARROZ;  FEIJÃO;  CARNE AO MOLHO;  ABÓBRINHA REF;  SALADA DE RÚCULA;  SOBREMESA: MELÃO | PÃO COM CARNE MOÍDA;  SUCO DE LARANJA C/ CENOURA;  SOBREMESA: BANANA | ARROZ;  FEIJÃO;  ISCA DE CARNE REF;  SALADA DE COUVE C/ TOMATE;  SOBREMESA: MAMÃO | MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO;  FEIJÃO;  SALADA DE REPOLHO C/ PEPINO;  SOBREMESA: LARANJA |

MÉDIA SEMANAL: ENERGIA (KCAL): 485,78, PROTEÍNA: 14%, LIPIDEOS: 26%, CARBOIDRATOS: 61%

OBS: Cardápio sujeito a alterações sem prévio aviso, caso seja necessário por falta de algum item de estoque por conta da logística de entrega pelo fornecedor.