|  |
| --- |
| 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.