



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO DE SETEMBRO 2019
Escola: CEMEB FUNDAMENTAL E EJA

SEGUNDA 2	TERÇA 3	QUARTA 4	QUINTA 5	SEXTA 6
ARROZ OVOS MEXIDOS COM MOLHO DE TOMATE CHUCHU REFOGADO ALECRIM	ARROZ CARNE BOVINA TIRAS MOLHO TOMATE BATATA DOCE TOMILHO	MACARRÃO CARNE BOV MOÍDA PTS MOLHO TOMATE ACELGA E BETERRABA VINAGRETE MANJERICÃO	ARROZ FRANGO MOLHO TOMATE LEGUMES REFOGADOS AÇAFRÃO	RISOTO CARNE BOVINA MOÍDA CENOURA E VAGEM SUCO CHEIRO VERDE
SEGUNDA 9	TERÇA 10	QUARTA 11	QUINTA 12	SEXTA 13
ARROZ OVOS MEXIDOS COM MOLHO DE TOMATE ABÓBORA REFOGADA CHEIRO VERDE	ARROZ PEIXE BATATA E CENOURA REFOGADOS COENTRO	MACARRÃO PRIMAVERA LEGUMES ESCAROLA VINAGRETE MANJERICÃO	PÃO FRANGO DESFIADO MOLHO TOMATE SUCO	ARROZ CARNE BOVINA TIRAS MOLHO TOMATE CENOURA REFOGADA ALECRIM
SEGUNDA 16	TERÇA 17	QUARTA 18	QUINTA 19	SEXTA 20
ARROZ OVOS COZIDOS COM VINGRETE TOMATE FEIJÃO ALECRIM	ARROZ SALSICHA MOLHO DE TOMATE ABOBRINHA REFOGADA LOURO	MACARRÃO CARNE BOV MOÍDA PTS MOLHO TOMATE SAL. REPOLHO VINAG MANJERICÃO	ARROZ STROGONOFF FRANGO BATATA REFOGADA FRUTA CHEIRO VERDE	POLENTA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE CENOURA SUCO ABACAXI COM HORTELÃ
SEGUNDA 23	TERÇA 24	QUARTA 25	QUINTA 26	SEXTA 27
ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE FEIJÃO LOURO	ARROZ LINGÜIÇA MOLHO TOMATE CENOURA E ABOBRINHA	MACARRÃO PRIMAVERA LEGUMES ALFACE RABANE VINAG MANJERICÃO	PÃO PERNIL DESFIADO MOLHO TOMATE SUCO DE UVA CHEIRO VERDE	YAKISSOBA FRANGO CENOURA ACELGA MANJERICÃO
SEGUNDA 30	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ARROZ OVOS COZIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE ABÓBORA REFOGADA ALECRIM				

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Raquel Coelho Sene
Nutricionista-CRN-3698/SP
UGM Educação Várzea Paulista