



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO DE OUTUBRO 2019

Escola: CEMEB INFANTIL

SEGUNDA 30	TERÇA 1	QUARTA 2	QUINTA 3	SEXTA 4
ARROZ OVOS COZIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE ABÓBORA REFOGADA ALECRIM	ARROZ CARNE BOVINA TIRAS MOLHO TOMATE BATATA DOCE TOMILHO	MACARRÃO CARNE BOV MOÍDA PTS MOLHO TOMATE SALADA ACELGA E BETERRABA VINAGRETE	ARROZ FRANGO MOLHO TOMATE CHUCHU E ABÓBORA AÇAFRÃO	RISOTO CARNE BOVINA MOÍDA CENOURA E VAGEM CHEIRO VERDE
SEGUNDA 7	TERÇA 8	QUARTA 9	QUINTA 10	SEXTA 11
ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE CHUCHU REFOGADO CHEIRO VERDE	ARROZ FRANGO BATATA E CENOURA REFOGADOS AÇAFRÃO	MACARRÃO PRIMAVERA LEGUMES ESCAROLA VINAGRETE MANJERICÃO	PÃO SALSICHA MOLHO TOMATE SUCO	ARROZ CARNE BOVINA TIRAS MOLHO TOMATE ABOBRINHA REFOGADA ALECRIM
SEGUNDA 14	TERÇA 15	QUARTA 16	QUINTA 17	SEXTA 18
DIA DO PROFESSOR	ARROZ OVOS COZIDOS COM MOLHO DE TOMATE FEIJÃO LOURO	MACARRÃO CARNE BOV MOÍDA PTS MOLHO TOMATE SAL. REPOLHO VINAG MANJERICÃO	ARROZ FRANGO CENOURA REFOGADA CHEIRO VERDE	POLENTA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE CENOURA SUCO ABACAXI COM HORTELÃ
SEGUNDA 21	TERÇA 22	QUARTA 23	QUINTA 24	SEXTA 25
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 28	TERÇA 29	QUARTA 30	QUINTA 31	SEXTA
FERIADO MUNICIPAL	ARROZ SALSICHA MOLHO TOMATE CENOURA REFOGADA CHEIRO VERDE	MACARRÃO PERNIL DESFIADO MOLHO TOMATE SAL. ACELGA BETERRABA VINAGRETE	RISOTO FRANGO CENOURA E VAGEM CHEIRO VERDE	

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

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

