



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO DE NOVEMBRO 2019

Escola: CEMEB FUNDAMENTAL E EJA

SEGUNDA 4	TERÇA 5	QUARTA 6	QUINTA 7	SEXTA 8
ARROZ OVOS COZIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE FEIJÃO LOURO	ARROZ FRANGO MOLHO TOMATE ABÓBORA E CHUCHU AÇAFRÃO	MACARRÃO CARNE BOV MOÍDA PTS MOLHO TOMATE SAL. REPOLHO COLORIDO VINAGRETE	ARROZ CARNE BOV CUBOS MOLHO TOMATE BATATA REFOGADA TOMILHO	RISOTO FRANGO CENOURA E VAGEM FRUTA CHEIRO VERDE
SEGUNDA 11	TERÇA 12	QUARTA 13	QUINTA 14	SEXTA 15
ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE CHUCHU REFOGADO CHEIRO VERDE	ARROZ FRANGO MOLHO TOMATE ABOBRINHA REFOGADA AÇAFRÃO	MACARRÃO PRIMAVERA LEGUMES ESCAROLA VINAGRETE MANJERICÃO	PÃO SALSICHA MOLHO TOMATE SUCO CHEIRO VERDE	FERIADO NACIONAL
SEGUNDA 18	TERÇA 19	QUARTA 20	QUINTA 21	SEXTA 22
ARROZ OVOS COZIDOS COM VINAGRETE TOMATE FEIJÃO LOURO	ARROZ FRANGO MOLHO DE TOMATE ABÓBORA REFOGADA ALECRIM	FERIADO MUNICIPAL	ARROZ LINGUIÇA CENOURA REFOGADA CHEIRO VERDE	POLENTA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE CENOURA SUCO ABACAXI COM HORTELÃ
SEGUNDA 25	TERÇA 26	QUARTA 27	QUINTA 28	SEXTA 29
ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE ABÓBORA REFOGADA ALECRIM	ARROZ CARNE BOV CUBOS MOLHO TOMATE CENOURA E ABOBRINHA TOMILHO	MACARRÃO PRIMAVERA LEGUMES ALFACE VINAGRETE MANJERICÃO	PÃO CARNE BOV MOÍDA PTS MOLHO TOMATE SUCO CHEIRO VERDE	YAKISSOBA FRANGO CENOURA ACELGA MANJERICÃO

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

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