



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO DE DEZEMBRO 2019

Escola: **CEMEB** **APAE**

| SEGUNDA 2   | TERÇA 3  | QUARTA 4  | QUINTA 5  | SEXTA 6   |
|---|--|---|---|---|
| ARROZ<br>OVOS MEXIDOS COM<br>TOMATE CHEIRO VERDE<br>FEIJÃO<br>LOURO                 | ARROZ<br>FRANGO<br>MOLHO TOMATE<br>ABÓBORA E CHUCHU<br>AÇAFRÃO             | MACARRÃO<br>CARNE BOV. MOÍDA E PTS<br>MOLHO TOMATE<br>SAL. ALFACE RABANETE<br>VINAGRETE | ARROZ<br>PERNIL<br>MOLHO TOMATE<br>VIRADO ABOBRINHA<br>CHEIRO VERDE | RISOTO<br>CARNE BOV. MOÍDA<br>LEGUMES<br>AÇAFRÃO              |
| SEGUNDA 9   | TERÇA 10   | QUARTA 11   | QUINTA 12   | SEXTA 13  |
| ARROZ<br>OVOS COZIDOS COM<br>TOMATE CHEIRO VERDE<br>CHUCHU REFOGADO<br>CHEIRO VERDE | ARROZ<br>CARNE BOV. MOÍDA<br>MOLHO TOMATE<br>ABOBRINHA REFOGADA<br>AÇAFRÃO | MACARRÃO<br>PRIMAVERA<br>LEGUMES<br>ESCAROLA VINAGRETE<br>MANJERICÃO                    | ARROZ<br>FRANGO<br>MOLHO TOMATE<br>BATATA E CENOURA<br>CHEIRO VERDE | PÃO<br>SALSICHA<br>MOLHO TOMATE CENOURA<br>SUCO<br>MANJERICÃO |
| SEGUNDA 16  | TERÇA 17   | QUARTA 18   | QUINTA 19   | SEXTA 20  |
|   |  |   |   |   |
| SEGUNDA 23  | TERÇA 24   | QUARTA 25   | QUINTA 26   | SEXTA 27  |
|   |  |   |   |   |

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

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

