



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO DE DEZEMBRO 2019

Escola: CEMEB FUNDAMENTAL E EJA

SEGUNDA 2	TERÇA 3	QUARTA 4	QUINTA 5	SEXTA 6
ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE CHEIRO VERDE FEIJÃO LOURO	ARROZ FRANGO MOLHO TOMATE ABÓBORA E CHUCHU AÇAFRÃO	MACARRÃO CARNE BOV. MOÍDA PTS MOLHO TOMATE SAL. ALFACE RABANETE VINAGRETE	ARROZ PERNIL MOLHO TOMATE VIRADO ABOBRINHA CHEIRO VERDE	RISOTO CARNE MOÍDA LEGUMES AÇAFRÃO
SEGUNDA 9	TERÇA 10	QUARTA 11	QUINTA 12	SEXTA 13
ARROZ OVOS COZIDOS COM TOMATE CHEIRO VERDE LEGUMES CHEIRO VERDE	ARROZ CARNE MOÍDA MOLHO TOMATE LEGUMES AÇAFRÃO	MACARRÃO FRANGO MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE	MACARRÃO FRANGO MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE	ARROZ/MACARRÃO CARNE BOV. OU FRANGO LEGUMES LEGUME OU MILHO OU ERVILHA CHERO VERDE
SEGUNDA 16	TERÇA 17	QUARTA 18	QUINTA 19	SEXTA 20
ARROZ/MACARRÃO CARNE BOV. OU FRANGO VINAGRETE TOMATE FEIJÃO LOURO	ARROZ/POLENTA CARNE BOV. OU PORCO MOLHO DE TOMATE LEGUME OU MILHO OU ERVILHA ALECRIM	ARROZ/MACARRÃO CARNE BOV. OU FRANGO LEGUME OU MILHO OU ERVILHA MANJERICÃO	ARROZ/POLENTA CARNE BOV. OU FRANGO LEGUME OU MILHO OU ERVILHA CHEIRO VERDE	RECESSO ESCOLAR
SEGUNDA 23	TERÇA 24	QUARTA 25	QUINTA 26	SEXTA 27
RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

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