

**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

CARDÁPIO SEMANAL 2021

Escola: CEMEB APAE

DEZEMBRO

REFEIÇÃO E COLAÇÃO

**SEMANA 1**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		1	2	3
		MACARRÃO CHUCHU CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE E CENOURA MANJERICÃO	ARROZ ABOBRINHA CARNE BOVINA TIRAS MOLHO TOMATE E CENOURA AÇAFRÃO	YAKISSOBA CENOURA E VAGEM FRANGO ACELGA CHEIRO VERDE

SEMANA 2

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		MAÇÃ	BANANA	MAÇÃ
6	7	8	9	10
ARROZ FEIJÃO COM LOURO OVOS MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE FRUTA	RISOTO ABÓBORA FRANGO COM ACAFRÃO MOLHO TOMATE E CENOURA SALADA REPOLHO VIN FRUTA	ARROZ OU MACARRÃO LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE FRUTA	ARROZ OU MACARRÃO LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO MOLHO TOMATE E CENOURA TOMILHO FRUTA	PÃO LEGUMES SALSICHA MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE SUCO

SEMANA 3

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
13	14	15	16	17
ARROZ OU MACARRÃO LEGUMES OVOS OU CARNE MOLHO TOMATE E CENOURA ALECRIM FRUTA	ARROZ OU MACARRÃO LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE FRUTA	ARROZ OU MACARRÃO LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO MOLHO TOMATE E CENOURA TOMILHO FRUTA	ARROZ OU MACARRÃO LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE FRUTA	ARROZ OU MACARRÃO LEGUMES OVOS OU CARNE MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE FRUTA

SEMANA 4

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
20	21	22	23	24
RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

SEMANA 5

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
27	28	29	30	31
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