



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO SEMANAL 2021

Escola: CEMEB

FUNDAMENTAL



DEZEMBRO

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
6	7	8	9	10
ARROZ OU MACARRÃO OU FUBÁ LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO BOVINA PERNIL MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE	ARROZ OU MACARRÃO OU FUBÁ LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO BOVINA PERNIL MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE	ARROZ OU MACARRÃO OU FUBÁ LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO BOVINA PERNIL MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE	ARROZ OU MACARRÃO OU FUBÁ LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO BOVINA PERNIL MOLHO TOMATE E CENOURA TOMILHO	ARROZ OU MACARRÃO OU FUBÁ LEGUMES OVOS OU CARNE FRANGO BOVINA PERNIL MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE

SEMANA 3

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

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