



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
CARDÁPIO SEMANAL 2022
CEMEB EJA

FEVEREIRO

SEMANA 1

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	1	2	3	4

SEMANA 2

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
7	8	9	10	11

SEMANA 3

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
14	15	16	17	18
		ARROZ CHUCHU E TOMATE OVOS MEXIDOS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO COM LOURO	ARROZ CHUCHU ABÓBORA E ALHO PORÓ CARNE BOVINA CUBOS MOLHO TOMATE FEIJÃO	YAKISSOBA CENOURA / VAGEM / ACELGA FRANGO TIRAS MOLHO TOMATE E CENOURA MANJERICÃO
MAÇÃ	BANANA	MELANCIA	MAÇÃ	BANANA

SEMANA 4

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
21	22	23	24	25
ARROZ ABÓBORA OVOS COZIDOS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO COM LOURO	RISOTO CÚRCUMA CENOURA / VAGEM FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE SUCO	MACARRÃO SAL ALFACE E BETERRABA VINAGRETE CARNE BOVINA EM TIRAS MOLHO TOMATE MANJERICÃO	ARROZ VIRADO DE ABOBRINHA PERNIL MOLHO TOMATE CENOURA FEIJÃO PRETO	ARROZ CENOURA COXA E SOBRECOXA FRANGO MOLHO DE TOMATE FEIJÃO COM LOURO
MELÃO	BANANA	BANANA	ABACAXI	BOLINHO AO LEITE

SEMANA 5

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
28				
PONTO FACULTATIVO				

OBSERVAÇÃO: Cardápio sujeito a alterações.

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