



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
CARDÁPIO SEMANAL 2022
CEMEB FUNDAMENTAL

FEVEREIRO

SEMANA 1

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
31	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 / TOMATE OVOS MEXIDOS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO COM LOURO MAÇÃ	ARROZ ABÓBORA OVOS COZIDOS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO COM LOURO BANANA	MACARRÃO SAL ALFACE E BETERRABA VINAGRETE PRIMAVERA MOLHO TOMATE E CENOURA MANJERICÃO MELANCIA	ARROZ CHUCHU ABÓBORA E ALHO PORÓ CARNE BOVINA CUBOS MOLHO TOMATE FEIJÃO MAÇÃ	YAKISSOBA CENOURA / VAGEM / ACELGA FRANGO TIRAS MOLHO TOMATE E CENOURA MANJERICÃO BANANA

SEMANA 4

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