



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
CARDÁPIO SEMANAL 2022

CEMEB: CRECHES MATERNAL

ABRIL

SEMANA 1

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
				1
				LEITE BANANA E AVEIA ARROZ ABOBRINHA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO MELÃO

SEMANA 2

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
4	5	6	7	8
LEITE E CHOCOLATE COM BISCOITOS ARROZ ABÓBORA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE FEIJÃO MELÃO	SUCO FRUTA E PÃO COM MANTEIGA ARROZ CENOURA / VAGEM CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE FEIJÃO BANANA	LEITE BANANA E AVEIA ARROZ CHUCHU FRANGO EM TIRAS MOLHO DE TOMATE SALADA DE ALFACE BANANA	LEITE E CHOCOLATE COM BISCOITOS ARROZ BATATA E CENOURA CARNE BOVINA TIRAS MOLHO DE TOMATE FEIJÃO MAMÃO	SUCO FRUTA E PÃO COM MANTEIGA ARROZ BATATA DOCE CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO MAÇA

SEMANA 3

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
11	12	13	14	15
LEITE E CHOCOLATE ARROZ CHUCHU / TOMATE OVOS MEXIDOS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO MELANCIA	SUCO FRUTA E PÃO COM MANTEIGA ARROZ BETERRABA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO MAÇA	LEITE BANANA E AVEIA RISOTO CENOURA FRANGO EM TIRAS MOLHO DE TOMATE SALADA DE REPOLHO BANANA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO NACIONAL

SEMANA 4

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
18	19	20	21	22
LEITE E CHOCOLATE COM BISCOITOS ARROZ ABÓBORA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE FEIJÃO MAÇA	SUCO FRUTA E PÃO COM MANTEIGA ARROZ MANDIOCA CARNE BOVINA TIRAS MOLHO DE TOMATE FEIJÃO MELANCIA	SUCO FRUTA E PÃO COM MANTEIGA ARROZ BATATA COM CENOURA FRANGO EM TIRAS MOLHO DE TOMATE FEIJÃO BANANA	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO

SEMANA 5

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
25	26	27	28	29
LEITE E CHOCOLATE COM BISCOITOS ARROZ CHUCHU / TOMATE OVOS MEXIDOS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO MELANCIA	LEITE BANANA E AVEIA ARROZ ABÓBORA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE FEIJÃO MAÇA	SUCO FRUTA E PÃO COM MANTEIGA ARROZ BATATA DOCE CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE SALADA DE CHICÓRIA BANANA	SUCO FRUTA E PÃO COM MANTEIGA FUBÁ ABOBRINHA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE FEIJÃO MAMÃO	LEITE BANANA E AVEIA ARROZ CENOURA CARNE BOVINA CUBOS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO BANANA

OBSERVAÇÃO: Cardápio sujeito a alterações.

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência Creches 1-3 anos

Calorias	Prot g	Lipídeo g	Carb g	Vitam A mcg	Vitam C mg	Cálcio mg	Ferro mg
568,40	17,93	25,68	67,90	78,01	9,01	185,23	5,20

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